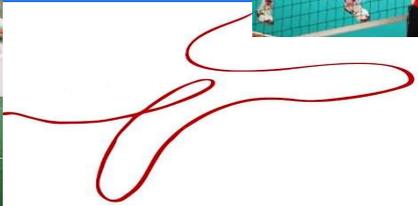


IL GIOCO INSEGNA IL GIOCO

The Game Teaches the Game



Rocco Luciano BRUNI
Allenatore 3° Grado - Docente Federale FIPAV

mi presento.....

ALLENATORE



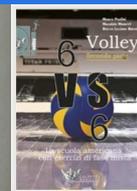
DOCENTE FEDERALE



STUDI e PUBBLICAZIONI



Rocco Luciano BRUNI
Allenatore di Terzo Grado e Docente Regionale dal 2001, Docente Nazionale dal 2009. Inizia l'attività di allenatore nel 1986, nel corso degli anni ha svolto le mansioni di allenatore con varie società con le quali ha vinto numerosi campionati provinciali, regionali e nazionali. È stato inoltre collaboratore con le Nazionali giovanili. Con l'Impavida Ortona ha svolto il ruolo di secondo allenatore in B e primo allenatore nel settore giovanile; con la Start Ortona ha raggiunto la promozione in serie B e con l'Antoniana Pescara ha ottenuto diversi titoli giovanili regionali, raggiungendo più volte l'accesso alle finali nazionali. Nel 2012 è stato il selezionatore regionale Abruzzo nel Trofeo delle Regioni e nel 2015 ha vinto il campionato nazionale FSSI (Federazione Sport Sordi Italiana) con GSS Ancona, sia con la squadra maschile che con la femminile (in squadra con la figlia quattordicenne Federica). Grande appassionato di pallavolo, di coaching e di metodologia di allenamento, da diversi anni studia i sistemi e i metodi di allenamento delle varie scuole nazionali e internazionali, in particolar modo della Scuola americana.



STAGIONE 2016-17

L'Antoniana torna in B2 e si gode il suo Triplete



I MIEI COMPAGNI DI VIAGGIO



IL TEMA

L'UTILIZZO DEL GIOCO NELLE SUE DIVERSE ARTICOLAZIONI COME PRINCIPALE METODO DI INSEGNAMENTO DEGLI SPORT DI SQUADRA.

IL GIOCO, SEMPRE PIÙ UTILIZZATO NELL'ALLENAMENTO DELLE SQUADRE AGONISTICHE, PUÒ DIVENTARE ANCHE UNO STRUMENTO FONDAMENTALE NELL'INSEGNAMENTO DELLE ABILITÀ MOTORIE E NELL'AVVIAMENTO ALLO SPORT?



I NOSTRI RIFERIMENTI

INSEGNARE A GIOCARE

intervista a J. Velasco



ALLENARE IN FUNZIONE DEL GIOCO

Questo significa pensare gli allenamenti in funzione di quello che succede nel gioco. È il tempo che devo dedicare ad una cosa o ad un'altra dipende da quante volte queste si fanno nel gioco. "Se è una cosa che si fa poche volte le dedico poco tempo, se si fa molte volte le dedico molto tempo: quello deve essere il parametro".

L'ESERCIZIO COME STRUMENTO

Spesso si allena i giocatori per fare bene l'esercizio, non per giocare bene: magari facciamo tutti lo stesso esercizio, ma la differenza è che poniamo l'accento sul fare bene l'esercizio e non sull'esercizio come strumento per imparare a giocare. Questo perchè l'esercizio non si vede come una cosa che è stata estrapolata dal gioco e reinserita appena si può, ma viene visto, invece, come un obiettivo in se stesso. Molti allenatori sono convinti che se tu fai bene l'attacco e difesa a coppie, allora difendi bene.

La difesa è un'altra cosa: perchè viene da sopra la rete, arriva con un altro angolo, perchè c'è il muro che ti disturba, perchè ci sono i compagni con i quali devi avere un rapporto per coprire lo spazio

I NOSTRI RIFERIMENTI

METODOLOGIA USAV



Carl Michael McGown: per anni Direttore Tecnico USA Olympic Team e USA National Team.



John Kessel: uno dei massimi esperti a livello internazionale di volley giovanile, Responsabile dell'Area Sviluppo della Federazione Pallavolo USA

**Il sistema Usa è unico per il modo in cui sviluppa i programmi motori.
Si basa sui Principi Scientifici del Motor Learning**



messaggio sulla porta del Kirkaldy Testing Museum di Londra.

*OGNUNO E' LIBERO DI AVERE LE PROPRIE OPINIONI...
MA NON HA IL DIRITTO AI AVERE I PROPRI FATTI*

DANIEL PATRICK MOYNIHAN

I NOSTRI RIFERIMENTI

METODOLOGIA USAV



John Kessel

Gli stimoli regolatori sono una pietra miliare del principio di specificità. Tuttavia, nell'interesse di rendere le cose "migliori" nell'allenamento, gli allenatori aggiungono espedienti e "dispositivi di allenamento", eliminando la realtà del gioco con esercitazioni che non sono realistiche.

Stimoli regolatori	Falsa fiducia
La rete antenne	Partner che passa / pepe
Palla che vola sopra la rete	Lancio ai giocatori
Linee	Lo stesso lato della rete
Un avversario in competizione con te	Giocare senza alcun giudizio interno / esterno
	Nessun avversario da leggere



Come abbiamo imparato ad andare in bicicletta???

I NOSTRI RIFERIMENTI

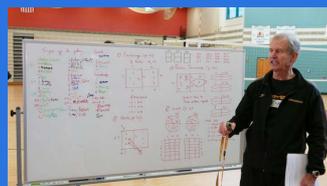
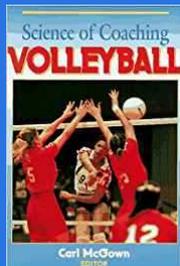
METODOLOGIA USAV



Carl Michael McGown

...nel parlarci del metodo scientifico Carl Michael McGown ha insistito sul fatto che ci siano molti studi scientifici che supportano il modo che lui, e insieme a lui lo staff tecnico di USAV, adottano.

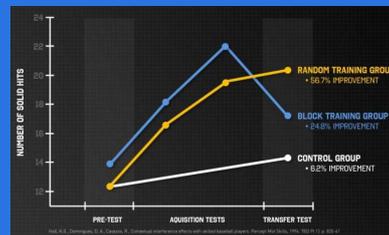
Questi concetti sono basati sui risultati della **specificità rispetto alla generalità nel transfert**, del **globale rispetto all'analitico** nell'allenamento, della **dipendenza da stati mentali della memoria**, sull'efficacia in allenamento della **situazione casuale rispetto alla situazione fissa**.



I NOSTRI RIFERIMENTI

CONCETTO DEL TRASFER

Transfer: secondo la scienza le parole, come le singole parti di un qualunque sistema, non hanno senso fuori dal loro contesto, sono le relazioni che descrivono la realtà. Per questo l'insegnamento analitico può far perdere l'autentico significato dell'oggetto di studio, con limitazione del *transfer* verso le situazioni in cui l'abilità appresa dovrebbe essere esplicata. Serve quindi un approccio sistemico: allenare nel contesto simile a quello della partita, con le emozioni e le situazioni caratteristiche del gioco. Questo è il motivo per cui la scienza motoria (sia nell'approccio cognitivista del *motor learning* che nelle successive evoluzioni costruttiviste, ecologiche e sistemiche) propone di insegnare la tecnica sempre molto vicino alle situazioni in cui dovrà essere applicata l'abilità motoria appresa. Gli studi dimostrano che altrimenti non si ha significativo trasferimento di conoscenze da allenamento a gara. L'abilità motoria, secondo le ricerche, è sempre specifica, non esiste un'abilità motoria generale come erroneamente ritenuto vero per molto tempo.



I NOSTRI RIFERIMENTI

LA PRATICA INTENZIONALE

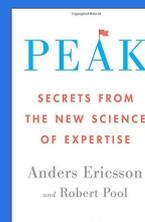
La pratica è essenziale per sviluppare in modo pieno il nostro potenziale, qualsiasi esso sia. Attenzione però che solo la **pratica deliberata** - quella che ti porta veramente a migliorare - non è una pratica qualsiasi.

A. ERICSSON

<http://nautil.us/issue/35/boundaries/not-all-practice-makes-perfect>

Pratica intenzionale:

- 1) ha ben definiti obiettivi specifici
- 2) è focalizzata
- 3) comporta feedback
- 4) richiede uscire dalla propria zona di comfort



I NOSTRI RIFERIMENTI

READ – PLAN - EXECUTE
LEGGERE, PIANIFICARE , ESEGUIRE



Jamie MORRISSON
Head coach of the women's National Team of the Netherlands

L'abilità più importante da insegnare nella pallavolo è la lettura del gioco

Tutto questo significa che dovremmo essere consapevoli di come strutturiamo i nostri giochi e le esercitazioni per assicurarsi che stiamo ottenendo R.P.E. completo per qualsiasi abilità o tattica che vogliamo mettere a fuoco.

Ad esempio per il palleggiatore includere un passante in modo che lo stesso palleggiatore deve leggere il movimento e la posizione del passante piuttosto che semplicemente un lancio in cui è coinvolto poca o nessuna lettura.

O anche quando si lavora in attacco, avere una situazione in cui la palla arriva dall'altro lato della rete.

L'obiettivo è che invece di pensare in termini di massimizzazione tocchi, come abbiamo sempre fatto in passato, dovremmo pensare in termini di massimizzazione R-P-E.

I NOSTRI RIFERIMENTI

INTERPRETARE, ELABORARE, REALIZZARE

J. VELASCO - SIMPOSIO DE ENTRENADORES ARGENTINOS 2015



<https://www.youtube.com/watch?v=yJ0D9kawpBI&t=837s>

Leggere e interpretare la situazione, elaborare una soluzione per quella specifica situazione e infine realizzare la soluzione tecnica trovata.

IL GIOCO E'.... Divertirsi e Trovare soluzioni

Incontro Julio Velasco _AVIS Casale Monferrato 2016 _parte 6_ "Il gioco

<https://www.youtube.com/watch?v=na2YaRZjwnM&t=12s>

SE VOGLIAMO INSEGNARE A GIOCARE DOBBIAMO INSEGNARE A RICONOSCERE LE SITUAZIONI..... (J. VELASCO)

LA DOMANDA

IL GIOCO, PUÒ DIVENTARE ANCHE UNO STRUMENTO FONDAMENTALE NELL'INSEGNAMENTO DELLE ABILITÀ MOTORIE E NELL'AVVIAMENTO ALLO SPORT ????



SI, SI PUO' FARE...MA NON SOLO, NOI PENSIAMO CHE ANZI, SIA L'APPROCCIO MIGLIORE. SIA DAL PUNTO DI VISTA MOTIVAZIONALE CHE PER APPRENDERE LE TECNICHE, COME DICONO ANCHE GLI AMERICANI, QUESTE SI APPRENDONO MEGLIO ATTRAVERSO ESERCITAZIONI DI GIOCO O VICINO AL GIOCO, IN MANIERA SITUAZIONALE.

COME?



*PARTIRE DAL GIOCO E' PER NOI PARTIRE DALLA SCHIACCIATA
Schiacciare vuol dire divertirsi ma vuol dire anche 'imparare a giocare bene'. Con la rete bassa non sviluppiamo soltanto l'attacco ma anche l'alzata il muro e la difesa...*

- FARLI DIVERTIRE e CREARE ENTUSIASMO e SVILUPPARE AUTONOMIA
- FARLI GIOCARE DAL PRIMO GIORNO e CON IL PUNTEGGIO
- GIOCO 2x2 e TANTI CAMPI PIU' STRETTI MA LUNGHI
- RETE MOLTO MOLTO BASSA e FARLI SCHIACCIARE SUBITO
- SEMPLIFICARE IL GIOCO
- SMASH BALL



*Abbassare la rete ad un livello per il quale tutti i ragazzi possano schiacciare.
Facciamo riferimento al rapporto salto in attacco di Zaitsev -altezza rete
(3,68/2,43 ≈ 1,5)*

COME?

UTILIZZANDO GIUSTI STIMOLI REGOLATORI



Segnapunti



Campo con linee



Avversario



Palla sopra la rete

GIOCHI A PICCOLI GRUPPI

Programmare una parte dell'allenamento con giochi a piccoli gruppi, coppie o terzetti o quartetti. Teniamo conto che se una squadra di 12 giocatori è divisa in modo da ottenere giochi di coppie contro coppie, ogni atleta gioca la palla ogni tre tocchi e molto più spesso di quando fa il sei contro sei.

- 2 contro 2
- 2 contro 3
- 3 contro 3
- 3 contro 4 e 3 contro 5
- 4 contro 4
- (IL GIOCO CREATIVO)

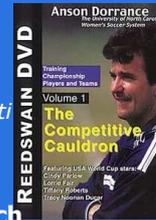
Anche abbinando con regole determinate per l'obiettivo dell'allenamento (es. attacco 2° linea, dimensioni e forma del campo, altezza rete, punteggi, ecc.)



COMPETITIVITA' e CAULDRON

- Insegna agli atleti come competere in allenamento, in modo che possano farlo in gara.
- Incentivando il "Competitive Cauldron", i tuoi atleti saranno mentalmente concentrati ed emotivamente coinvolti in allenamento
- Portando il punteggio tengono alta la loro attenzione e portano avanti il loro massimo sforzo.
- Così in ogni esercizio, in ogni gioco o in ogni gara, cercano di migliorare se stessi e i loro compagni di squadra.

Anson Dorrance : University of North Carolina's Soccer Coach



Non v'è alcun miglioramento, senza intensità. Questo è ciò che ci attira verso il CAULDRON. Se vogliamo che i nostri giocatori migliorano, devono giocare duro. Se vogliamo che giocare duro, dobbiamo farli competere. Per creare una cultura competitiva, abbiamo bisogno di misurare le cose, registrarli, lodare i successi, e ritenerci responsabili per i risultati.

Tom Black, Coach USA National Team



COMPETITIVITA' e CAULDRON

Nel CAULDRON Le esercitazioni devono avere sempre un punteggio, anche diverso dal punteggio del set o della partita, questo ci permette di focalizzare l'attenzione sugli aspetti che vogliamo migliorare e premieremo sempre il miglioramento e mai penalizziamo chi perde o fa errori. Per noi è uno strumento applicabile anche con i più piccoli e nelle scuole, come processo educativo di crescita e miglioramento.

	GAMES	POINTS	TOTAL
JIRAI			
LUNARA			
CARINA			
CATARINA			
STEFANO			
MARZI			
CROAZIA			
FRANKI			
EDEDE			
TIKKI			
JANA			
GARR			



Consegna premio caulderon

... ogni giocatore ha il desiderio di essere considerato come un individuo. Se misuriamo, registriamo e premiamo il loro miglioramento, miglioreranno, e quindi migliorerà la nostra qualità complessiva del gioco, e tutti saranno spinti un po' di più.

Marv Dunphy, Usa Volleyball Coach

PRESTAZIONE vs RISULTATO: IL BINGO

**KARCH
KIRALY**



è un Format in cui una squadra per vincere deve soddisfare due condizioni. In primo luogo, devono vincere nel punteggio. In secondo luogo, devono fare tutti i loro obiettivi "bingo".

volley
6
vs
6
PUNTI

Si gioca un normale set al 15 punti.

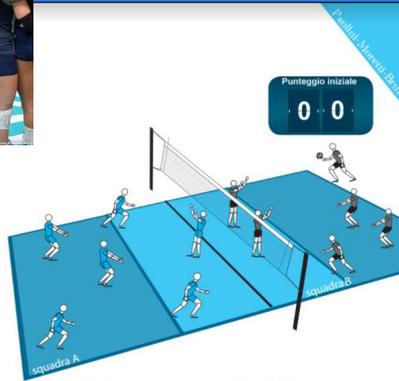
Squadra "A" e squadra "B" hanno degli obiettivi tecnici da realizzare nel gioco.

Si vince non solo nel punteggio ma anche realizzando i propri obiettivi tecnici.

Se una squadra arriva a 15 ma non ha realizzato i propri obiettivi tecnici, si continua a giocare.

Ogni squadra sa i propri obiettivi tecnici ma non quelli dell'avversario.

E'opportuno che l'allenatore dia alla squadra "A" degli obiettivi tecnici più difficili da realizzare rispetto alla squadra "B".



Squadra A-----

Squadra B-----

Vince nel punteggio chi arriva a 15 ma si continua a giocare fino a che non si realizzano gli obiettivi tecnici assegnati xxxxxx

PRESTAZIONE vs RISULTATO: IL BINGO

**KARCH
KIRALY**



...non abbiamo solo l'attenzione sul punteggio, ma abbiamo una grande attenzione sull'obiettivo specifico.



....ai giocatori è piaciuta la sfida di questo gioco ed è servito allo scopo che avevamo: rinforzare ciò che cercavamo di migliorare e porre l'accento sul processo di giocare bene e non solo sul punteggio. Una delle cose che mi piace della pallavolo bingo è che aiuta a ridurre la pressione sui giocatori premiando il processo di giocare bene. K. Kiraly

QUALE COACHING?

SVILUPPARE LA CULTURA DEL GIOCO

*Il GIOCO COMANDA.... io non sono nulla rispetto al gioco.
Il gioco va guardato, conosciuto e messo sempre in pratica.
...i bambini sanno perfettamente quanto sia importante il
gioco, qualsiasi gioco li veda protagonisti loro si impegnano,
danno il meglio di se stessi.*

Angelo Lorenzetti



*andavamo a giocare da ragazzini, quando avevo 12 anni.
Si chiamava 'Il Cancellotto' perché la rete non esisteva,
ma c'era questo cancello di ferro. Li non potevi certo
fare invasione. Il fondo era di cemento....*

Samuele Papi

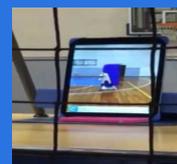
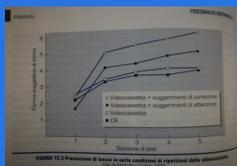
**CREARE UNA CULTURA DEL GIOCO, DOVE I RAGAZZI NON
ASPETTANO GLI ADULTI PER INIZIARE O PER SVILUPPARE IL
GIOCO, E DOVE I RAGAZZI INSEGNANO AI RAGAZZI (CHI
INSEGNA IMPARA) . QUESTO GLI PERMETTERÀ DI IMPARARE
A GIOCARE, LI FARÀ DIVERTIRE, E SVILUPPERÀ LA LORO
AUTONOMIA.**



QUALE COACHING?

SVILUPPARE IL FEEDBACK

IL FEEDBACK è uno strumento efficace
per il miglioramento delle performance,
ancor di più se **IMMEDIATO E VISIVO**



CON ATLETI EVOLUTI



E CON I PIU' PICCOLI



*.... stavo incominciando a imparare quello che ogni
bravo allenatore deve imparare: le immagini sono
meglio delle parole, mostrare è meglio che dire, e
troppe informazioni sono peggio che nessuna.*

Tim Gallwey – The inner game of the tennis

QUALE COACHING?

SVILUPPARE CONSAPEVOLEZZA



INSEGNARE IN MODO SOCRATICO FACENDO SEMPRE DOMANDE CHIEDENDO «IL COME? COSA? PERCHE'?».



L'AUTOVALUTAZIONE SVILUPPA CONSAPEVOLEZZA E PERMETTE DI FOCALIZZARE L'ATTENZIONE



.... SI MA LA TECNICA

LA TECNICA SI INSEGNA INDIVIDUALMENTE



I TIME OUT TECNICI

Un tempo limitato all'interno del Gioco dove si va a focalizzare l'attività su singole situazioni specifiche, con feedback e feedforward.

I TUTORIAL

Attività svolte al di fuori dell'allenamento di squadra per singoli giocatori, con un rapporto ideale allenatore/atleta di uno a uno. CON OBIETTIVI INDIVIDUALI E SPECIFICI, FEEDBACK, CHIAVI, IMMAGINI, VIDEO



E ricordiamoci che.....

"... E' IL GIOCO CHE INSEGNA IL GIOCO "



GRAZIE PER L'ATTENZIONE

ROCCO BRUNI

E-mail: rockybrun@gmail.com

Cell. 338/8517452