

Piano di formazione dell'allenatore

Un piano per allenatore e per stagione. Si compila insieme al primo colloquio e si porta a ogni colloquio successivo.

Allenatore

Squadra

Stagione

Tutor

Primo colloquio (data)

Anni da allenatore

Tutor: il direttore tecnico, il responsabile degli allenatori o un allenatore esperto della società che osserva i tuoi allenamenti e conduce i colloqui.

1. Da dove parti?

Con parole tue. Non è una valutazione, ma il punto di partenza per i tuoi obiettivi.

I miei punti di forza

Dove voglio crescere

Di cosa ha bisogno da me la mia squadra in questa stagione? (età, livello, cosa vogliono imparare i giocatori)

2. I miei obiettivi per questa stagione

Al massimo tre. Scrivi cosa vuoi fare in modo diverso in palestra, così che chi osserva possa vederlo.

N.	Obiettivo cosa farò diversamente?	Come si vede che funziona cosa vede chi osserva?	Aiuto necessario da chi, cosa	Entro periodo
1				
2				
3				

3. Come lo imparo

Scegli uno o due modi per obiettivo e fissa quando.

Obiettivo n.	Cosa farò?	Con chi	Quando	Fatto
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐

Idee: un corso o un clinic · affiancare un altro allenatore · preparare un allenamento insieme · far osservare un tuo allenamento · riunione allenatori della società · un libro, un video o un articolo

4. Osservazione in allenamento

Concordate prima una sola domanda di osservazione. Chi osserva annota cosa succede, non cosa ne pensa. Parlatene subito dopo l'allenamento.

Data	Osservatore	Domanda di osservazione	Cosa è emerso	Accordo per la prossima volta

5. Colloqui

All'inizio, a metà e alla fine della stagione. Guardate insieme gli obiettivi e adattateli se serve.

Colloquio	Data	A che punto sono gli obiettivi?	Cosa cambiamo adesso?
Inizio			
Metà stagione			
Fine			

Puoi usare, copiare e adattare liberamente questo modello.

Ecco come può essere

Un'allenatrice inventata di una squadra giovanile dai 13 ai 15 anni, alla sua seconda stagione. Copia la forma, non il contenuto.

Allenatore Giulia	Squadra Ragazze dai 13 ai 15 anni	Stagione 2026/2027
Tutor Direttore tecnico	Primo colloquio (data) settimana 2	Anni da allenatore 1

I miei punti di forza Il gruppo va d'accordo e le ragazze vengono volentieri. Preparo ogni allenamento per iscritto.	Dove voglio crescere Le mie spiegazioni sono lunghe e le ragazze restano ferme. Non so ancora rendere un esercizio più facile o più difficile quando serve.
---	--

Di cosa ha bisogno da me la mia squadra in questa stagione? (età, livello, cosa vogliono imparare i giocatori) Gruppo giovane con alcune ragazze nuove. Vogliono imparare la battuta dall'alto e giocare più spesso a tre tocchi in partita.
--

2. I miei obiettivi per questa stagione

N.	Obiettivo cosa farò diversamente?	Come si vede che funziona cosa vede chi osserva?	Aiuto necessario da chi, cosa	Entro periodo
1	Mostrare gli esercizi invece di spiegarli a lungo	Dopo la spiegazione la palla torna subito in gioco; chi osserva vede poche attese	Osservazione del direttore tecnico	Periodo 1
2	Avere pronta una versione più facile e una più difficile di ogni esercizio	Le versioni sono nel mio programma e le uso in palestra	Preparare insieme a un allenatore esperto	Periodo 2
3	Un breve resoconto dopo ogni allenamento con un punto di attenzione per il successivo	Il punto di attenzione torna nell'allenamento successivo	Nessuno	Tutta la stagione

3. Come lo imparo

Obiettivo n.	Cosa farò?	Con chi	Quando	Fatto
1	Far osservare un mio allenamento	Direttore tecnico	Periodo 1	X
2	Affiancare un allenatore esperto per due allenamenti	Allenatore della squadra giovanile più grande	Periodo 1	X
2	Clinic sugli esercizi per i giovani	Collegli allenatori della società	Periodo 2	☐

4. Osservazione in allenamento

Data	Osservatore	Domanda di osservazione	Cosa è emerso	Accordo per la prossima volta
settimana 6	Direttore tecnico	Quanto restano ferme le ragazze mentre spiego?	La spiegazione del secondo blocco è stata lunga. Mostrando l'esercizio con due ragazze, tutte si sono messe subito al lavoro.	Mostrare prima ogni esercizio nuovo.

5. Colloqui

Colloquio	Data	A che punto sono gli obiettivi?	Cosa cambiamo adesso?
Inizio	settimana 2	Obiettivi fissati insieme.	Prima osservazione pianificata.
Metà stagione	settimana 16	L'obiettivo 1 va bene. Il 2 è difficile: versioni preparate, ma dimenticate in palestra.	Scrivere le versioni sulla scheda dell'esercizio e portarla in palestra.
Fine			

Con Koach Club il direttore tecnico vede nel Registro squadra quello che hanno registrato gli allenatori di ogni squadra: presenze, cosa è stato fatto del programma, il loro resoconto e le loro note sui giocatori.