Valutazioni per i corsi di formazione degli allenatori profes

EHSM
Eidgenössische
Hochschule

Griglia delle competenze

Competenze personali	**Autogestione**	Tecnica di lavoro personale
		Equilibrio vita-lavoro
	Personalità dell'allenatore	Resilienza
		Flessibilità
		Capacità di riflessione
		Atteggiamento/Mindset
		Impegno
	Capacità di sviluppo	Motivazione all'apprendimento
		Gestione delle conoscenze
		Innovazione/creatività
Competenze relazionali	**Leadership**	Conduzione
		Gestione dell'ambiente
		Gestione dei progetti
	Consulenza/Coaching	Sviluppo degli atleti
		Feedback
		Coaching in competizione
	Comunicazione	Capacità di presentazione
		Capacità di interazione
		Gestione dei conflitti e delle crisi
Competenza tecnica	**Comprensione della disciplina sportiva**	Conoscenze della disciplina sportiva
		Tecnica/tattica
		Biomeccanica
	Psicologia dello sport (psiche)	Sviluppo del team
		Allenamento mentale
		Emozioni
		Gestione
	Teoria dell'allenamento (atletica)	Forza
		Velocità
		Resistenza
		Mobilità
		Coordinazione
	Medicina dello sport (prestazioni atletiche)	Fisiologia
		Alimentazione
		Recupero
		Prevenzione
		Riabilitazione
Competenza metodologica	**Pianificazione**	Analisi
		Definizione degli obiettivi
		Pianificazione
		Valutazione
	Trasmissione	Individualizzazione
		Variazione
		Strumenti ausiliari
	Processi di apprendimento	Apprendimento motorio
		Clima di apprendimento
		Stili di apprendimento/apprendimento adeguato all'età