



**LA
“QUALITÀ”
NEI PORTIERI
DI
CALCIO**

IL CONTRIBUTO DELLA PSICOLOGIA

(LEZIONE 1)

A cura di

Alessandro Ghirelli - Psicologo

Paolo Rampado - Preparatore



**COS' E' LA PSICOLOGIA?
QUALE
RAPPORTO
CON IL PORTIERE?**

**LO SPORTIVO E' UNA PERSONA
LA PSICOLGIA
LO AIUTA A
LAVORARE IN QUALITA'**



COSA SIGNIFICA QUALITA'

QUALITA' DI PRODOTTO

NORME STANDARD



QUALITA' DI PROCESSO

TRACCIABILITA'



SOSTENIBITA' (ECONOMICA, AMBIENTALE, SOCIALE)

QUALITA' ORGANOLETTICA

QUALITA' PERCEPITA



LA QUALITA' E IL “FATTO SPORTIVO”

ATTO

ALLENAMENTO + FATICA

GESTO

ALLENAMENTO + FATICA
+ RAGIONAMENTO

IMPRESA

ALLENAMENTO + FATICA
+ RAGIONAMENTO + STRATEGIA

ARTE

ALLENAMENTO + FATICA
+ RAGIONAMENTO + STRATEGIA + FANTASIA/FORTUNA

PRODOTTO

PROCESSO

COMPATIBILITA'

SOCIALE

AMBIENTALE

ECONOMICA

VINCERE LA GARA

(GIOCARRE LA PARTITA) LEALMENTE

SENZA RECARE DANNI A SE E AGLI ALTRI

SENZA RIMETTERCI ECONOMICAMENTE



QUALI SONO LE RELAZIONI TRA I 4 VARI LIVELLI

ATTO

ALLENAMENTO+FATICA

GESTO

(ALLENAMENTO + FATICA + RAGIONAMENTO)

IMPRESA

ALLENAMENTO + FATICA + RAGIONAMENTO + STRATEGIA

ARTE

ALLENAMENTO + FATICA + RAGIONAMENTO + STRATEGIA + FANTASIA/FORTUNA

**LIVELLI DIVERSI
MA
COMUNICANTI.**

**“ALL’ INIZIO” VARIANO
DA PERSONA A PERSONA
POI TENDONO ALLA UNIFORMITA’
ANCHE SE DIFFERENZE RESTANO**

**NON C’E’
UN PRIMO E UN SECONDO
MA
SOLO SPECIFICITA’**

**SONO LE COMPONENTI
VISIBILI E NOBILI
DELLA
PASSIONE**



SE QUESTA E' LA QUALITA' NELLO SPORT COSA PUO' FARE LA PSICOLOGIA?

ATTO

ALLENAMENTO + FATICA

DIDATTICA NELL' APPRENDIMENTO

GESTO

ALLENAMENTO + FATICA + RAGIONAMENTO)

**CONOSCERE IL CORPO E IL CERVELLO
DI OGNUNO (CONSCIO/INCONSCIO)**

IMPRESA

ALLENAMENTO + FATICA + RAGIONAMENTO + STRATEGIA

**CONOSCERE LE FORZE IN CAMPO
OGGETTIVE E SOGGETTIVE/INTERNE ED ESTERNE**

ARTE

ALLENAMENTO + FATICA+ RAGIONAMENTO + FANTASIA/FORTUNA

ALLENARE LA CREATIVITA'

PASSIONE CONOSCERLA E GESTIRLA



**UNA
PSICOLOGIA
CENTRATA SULLA
PERSONA
CHE VUOLE FARE
IL PORTIERE**



IL PORTIERE CHI E' COSA FA

ATTO

ALLENAMENTO

**DIDATTICS
NELL'
APPRENDIMENTO**

PROGRAMMI DI LAVORO **(VEDI ALLEGATO 1)**

LA SINGOLA LEZIONE (E' UN PICCOLO PROGRAMMA DI LAVORO)

DISCUSSIONE DI GRUPPO SUL LAVORO SVOLTO

QUESTIONARI DI VALUTAZIONE - SINGOLI E DI GRUPPO-

CONFRONTO DI IDEE SU POSSIBILI VARIZIONI DI ESERCIZI





IL PORTIERE CHI E' COSA FA

GESTO

ALLENAMENTO + RAGIONAMENTO
CONOSCERE SOGGETTIVAMENTE
IL CORPO E IL CERVELLO
(CONSCIO/INCONSCIO)

LE ATTIVITA' PSICOFISICHE DEL PORTIERE

CONSCIO/INCONSCIO (GLI AUTOMATISMI)

NOZIONI DI OTTICA

COME LAVORA IL CORPO-CERVELLO

IL COORDINAMENTO

DROGHE E ALCOL

LA MEMORIA





IL PORTIERE CHI E' COSA FA

IMPRESA

ALLENAMENTO + RAGIONAMENTO +
STRATEGIA

CONOSCERE LE FORZE IN CAMPO
(OGGETTIVE E SOGGETTIVE/INTERNE
ED ESTERNE)

LA MIGLIORE DIFESA E' L'ATTACCO

AIUTATI CHE IL CIEL TI AIUTA

**CONOSCERE L'AVVERSARIO E NON SOTTOVALUTARLO
NE SOPRAVALUTARLO (L'ANSIA)**

LE DINAMICHE DELL'AREA

IL RUOLO DI GOVERNO DEL PORTIERE

ANTICIPARE PER POTER DECIDERE IN POCHI SECONDI

GIOCARE A MEMORIA AUTONOMIZZAZIONE DELLE STRATEGIE

GLI SCHEMI TATTICI LE TRAPPOLE IMPREVISTE





IL PORTIERE CHI E' COSA FA

SPETTACOLO

ALLENAMENTO + RAGIONAMENTO
+ STRATEGIA + FANTASIA/FORTUNA

ALLENARE LA CREATIVITA'

ALLENARE LA FANTASIA

DECONTESTUALIZZARE

SE L'IMPREVISTO LO CREI TU, E' UNA RISORSA

L' ALLENAMENTO IDEO-MOTORIO





IL PORTIERE CHI E' COSA FA

LA PASSIONE/I

L'ETA' EVOLUTIVA

LE RELAZIONI INTERPERSONALI

IL CONTESTO

LE SPETTATIVE

LE EMOZIONI –PAURA – ANSIA – DUBBIO -AMORE

LA TEORIA DEL FLOW

AUTOPERCEZIONE-AUTOCOSCIENZA

CONCENTRAZIONE E RILASSAMENTO





ALLEGATI



ALLEGATO 1

PROGRAMMA DI LAVORO

UN INIZIO E UNA FINE

LAVORARE PER OBIETTIVI (PICCOLI O GRANDI, INDIVIDUALI O COMUNI)

**IL PROGRAMMA DEVE ESSERE PRESENTATO
POSSIBILMENTE PER ISCRITTO**

OGNI CAMBIAMENTO DEVE ESSERE DISCUSO E GIUSTIFICATO

ALLEGATO 2

DECIDERE ASSIEME

LE

DINAMICHE

DI GRUPPO

(ATTENTI AI CATTIVI)

GLI AUDIOVISIVI