

ASSESSMENT PAP**Percorso formativo per allenatore professionista**

Tabella di competenze

Competenza personale	Autogestione	Tecnica di lavoro personale Equilibrio di vita
	Personalità dell'allenatore	Resilienza Flessibilità Capacità di riflettere Atteggiamento / mentalità Impegno
	Capacità di sviluppo	Motivazione all'apprendimento Gestione della conoscenza Innovazione / creatività
Competenza sociale	Leadership	Guida Gestione dell'ambiente Gestione del progetto
	Consulenza / Coaching	Sviluppo dell'atleta Feedback Coaching di competizione
	Comunicazione	Gestione dei conflitti / delle crisi Capacità di interazione Competenze di prestazione
Competenza professionale	Capire lo sport	Conoscenza dello sport Tecnica / tattica Biomeccanica
	Psicologia dello sport (Psiche)	Sviluppo della squadra Allenamento mentale Emozioni Controllo
	Teoria dell'allenamento (Physis)	Velocità Forza Resistenza Mobilità Coordinazione
	Medicina dello sport	Nutrizione Prevenzione Rigenerazione Fisiologia Riabilitazione
Competenza metodologica	Pianificazione	Analisi Obiettivi Pianificazione Valutazione
	Insegnamento	Individualizzazione Variazione Utilizzo strumenti ausiliari
	Processi di apprendimento	Apprendimento motorio Ambiente di apprendimento Tipi di apprendimento / apprendimento adeguato all'età