

Università degli Studi di Verona
Dipartimento di Scienze Neurologiche e del Movimento
Corso di Laurea Magistrale in Scienze Motorie Preventive e Adattate (LM-67)
Scienze dello Sport e della Prestazione Fisica (LM-68)

Corso di Metodi e Didattiche della Preparazione Fisica
Prof. Federico Schena
a.a. 2014/15

Esercitazione Pratica

Prescrizione e monitoraggio dell'intensità negli sport di squadra

Luca Festa

Sport di squadra

Forma pratica dell'esercizio fisico, che ha un carattere ludico, agonistico e di processo in cui i partecipanti costituiscono due squadre che si trovano in rapporto di avversità tipica non ostile, determinata dalla competizione in cui attraverso la lotta (sfida) si cerca di ottenere la vittoria sportiva per mezzo del pallone o di un altro oggetto di gioco manovrato secondo regole prestabilite.

[Teodorescu 1985]

Sport di situazione

GIOCHI SPORTIVI

Giochi di invasione

pallacanestro
rugby
pallamano
calcio
pallanuoto

- Nessun limite spaziale, campo unico (spazio comune)
- Contatto prolungato sulla palla
- Contrasto fisico tra i giocatori
- Sono di squadra o collettivi

Giochi di rimando

pallavolo
tennis, tennis tavolo

- Limiti spaziali, campi separati
- Contatto brevissimo sulla palla
- Nessun contrasto tra i giocatori
- Possono essere collettivi o individuali
- Partecipazione comune o alternata

Giochi misti

baseball
softball

- Al confine tra i giochi di invasione e di rimando: campo unico, ma uso diverso da parte delle squadre
- Contatto sulla palla sia rapido che prolungato
- Partecipazione simultanea e alternata

Giochi con attrezzi

baseball
softball
tennis
pelota
tennis tavolo
badminton
hockey

- Attrezzi: mazza, guanti, racchetta, ceston, bastone

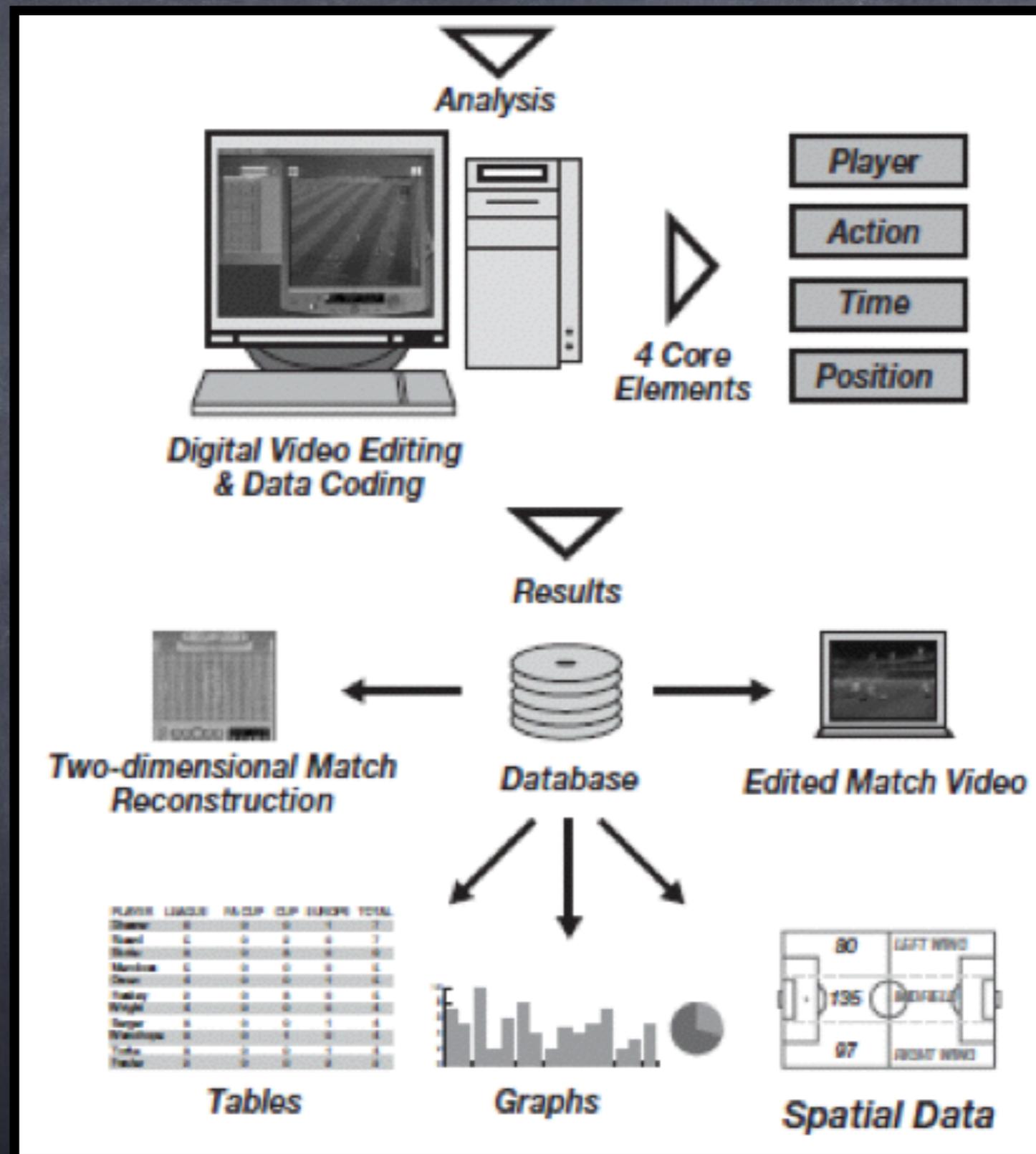
Indoor- Outdoor

- Superfici: erba, erba sintetica, terra battuta, cemento, linoleum, parquet, tartan, ghiaccio, acqua

Durata o tempo di gioco

- A tempo continuo
- A tempo effettivo
- A punteggio a turni di battuta
- A punteggio a battuta conquistata
- A tentativi o chances

Match Analysis



Pallavolo

Software statistico e video per la rilevazione delle azioni con una valutazione sull'efficacia del gesto tecnico compiuto

	Set					Eva	Puntos			Saque			Recepción			Ataque			BL			
	1	2	3	4	5		Tot	BP	G-P	Tot	Err	Pts	Tot	Err	Pos%	(Perf%)	Tot	Err		BL	Pts	Pts%
Tenerife Sur																						
1 N. Fernández						-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2 Burke	4		4			5.5	5	2	-4	6	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
3 Vega						-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
4 Pipes		2	1			6.6	3	2	-1	9	4	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6 Todorov	5	5				5.5	6	3	+1	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
7 French	2	6				5.5	6	2	-4	5	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
8 Sugrañes	6	1	6			6.3	5	2	+2	10	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
9 A. Fernández						-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

11 Ruiz
12 L. Marco
15 Miller
18 Benson
Totales equipo
Entrenador García Thomp
Asistente
Cajasol Puerto Rea
2 Araujo
4 Prado
6 Núñez
7 DALLA PRIA Fabio
9 Oramas
10 Oroz
11 García
14 Dimitneski

The screenshot shows a complex software interface with multiple windows. At the top, there are several data tables. Below them, there are several charts, including a large orange chart with a grid and lines, and a smaller chart with a grid and lines. The interface is designed for data analysis and visualization.

The screenshot shows a video synchronization software interface. It features a video player window on the left and a synchronization table on the right. The table has columns for 'Date', 'Time code', and 'Code'. The interface is annotated with numbered callouts:

- 1 aligns the first code detected with Data Volley
- 2 with the first serve
- 3 click on Align video button
- 4 your video is aligned in a few second

-	3	7	50%	1
-	-	4	44%	1
1	1	15	65%	3
2	-	5	50%	-
1	-	1	50%	1

Basket

Software statistico e video per la rilevazione delle azioni

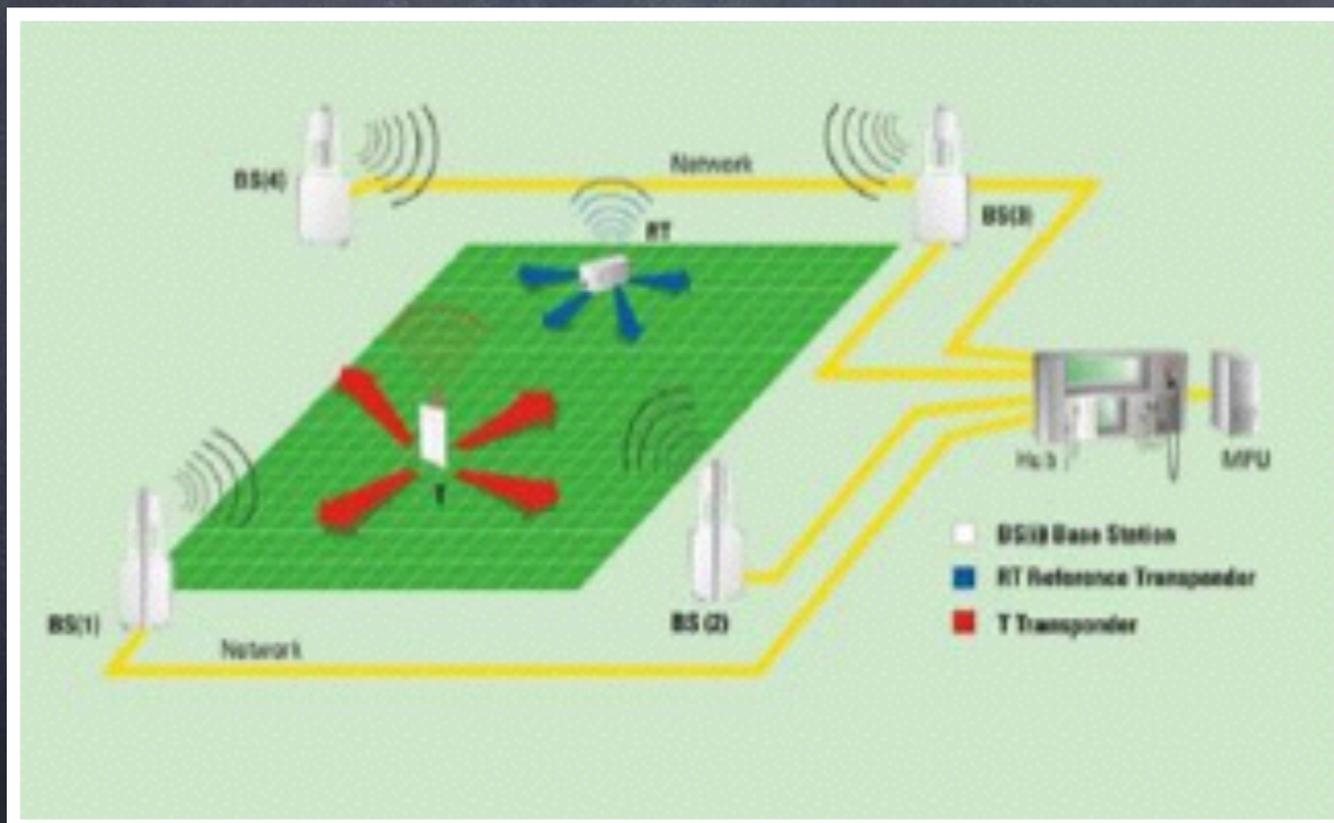
The Scout Basket software interface includes a menu bar with options like 'File', 'Comandi', 'Rilevazione', 'Analisi incontro', and 'Totali'. A 'Mappe di tiro' (Shooting Maps) window is open, showing settings for 'Squadra' (Team) set to 'Familia Wüber Schio' and 'Quarto' (Quarter) set to 'Intero incontro'. It also features a 'Mappe di tiro' window displaying a basketball court diagram with various shot percentages and counts. For example, the key area shows 25% (1/4) and 48% (6/13), while the three-point arc shows 57% (8/14). A legend indicates that grey circles represent '1/4 Tiri realizzati' (1/4 shots made) and black circles represent 'Realizzati/Tiri totali' (Made/Total shots).

The Data Video 2007 Professional software interface shows a video player window displaying a basketball game. A red circle highlights a specific action on the court. To the right, a 'Sincronizzazione' (Synchronization) window lists various codes and their corresponding time codes. Below the video player, a 'Running Score' window provides a detailed log of game events, including player names, actions, and scores. The log is organized into columns for 'Familia Wüber Schio' and 'Umana Venezia'. A red box highlights a specific entry in the log: '*1STL-12' at time 0:02:13.

Code	Time code
%05:00(30)	0:01:13
%c10:00(30)	0:01:13
%c11:00(30)	0:01:13
%c15:00(30)	0:01:13
%c20:00(30)	0:01:13
ac04:00(30)	0:01:13
ac10:00(30)	0:01:13
ac12:00(30)	0:01:13
ac15:00(30)	0:01:13
ac20:00(30)	0:01:13
a00T+CP	0:01:25
a12OE+PA	0:01:30
a10TS+PS	0:01:32
a12AS+	0:01:32
*00T UD	0:01:34
a12OE+HK MD	0:01:39
a15OE+HK I	0:01:40
a10OE-II S	0:01:40
a20OE-II S	0:01:42
a15OE+HK	0:01:46
a20OE+HK E S	0:01:46
*1SPS+	0:01:54
*1SPS+	0:01:54
*1STL-12	0:02:13
a15RD+	0:02:25
a15OE+CP	0:02:25

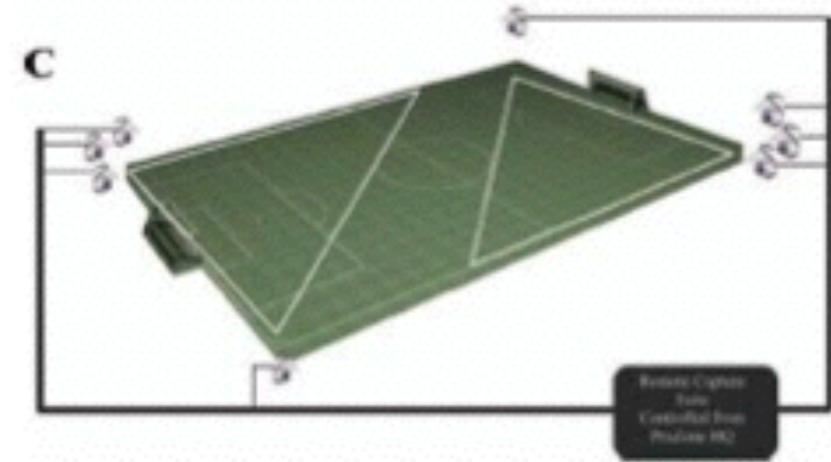
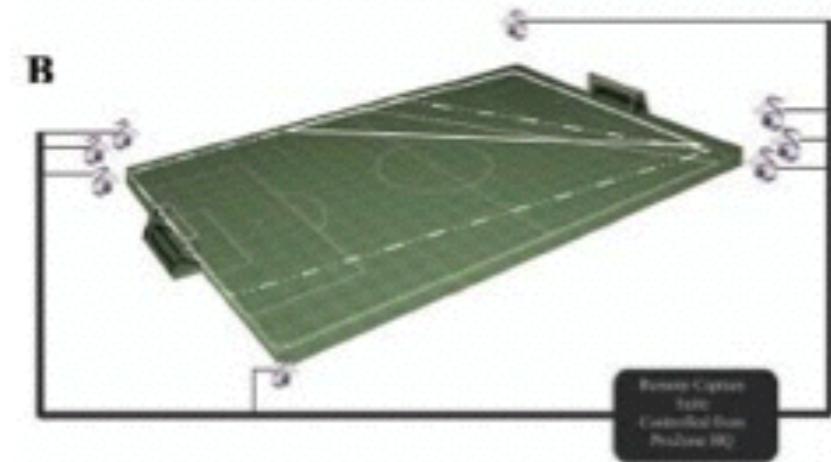
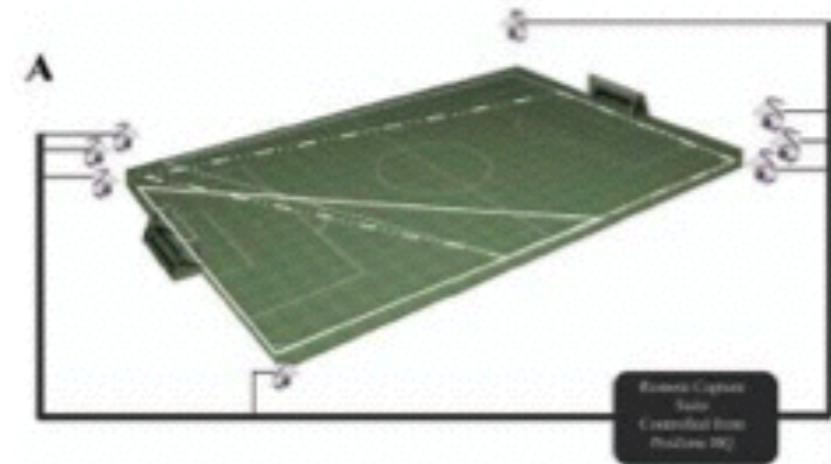
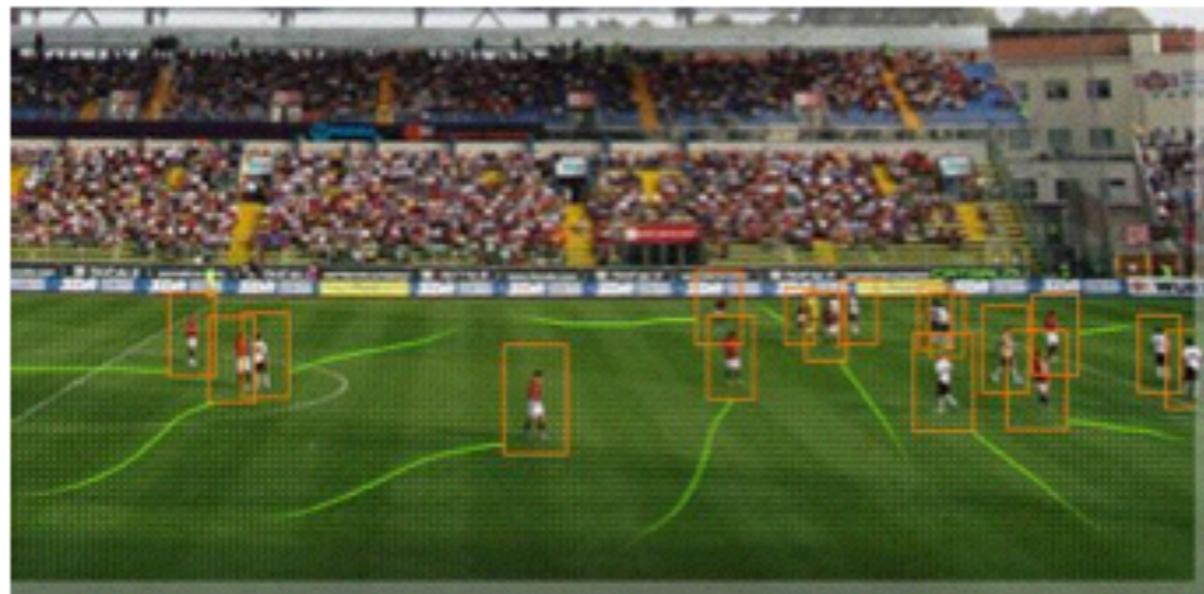
Calcio - Rugby

Tracking Elettronico: Sistema integrato di trasponder, antenne, videocamere e microchip integrato nella maglia (LPM Local Position Measurement)



Calcio - Rugby

Sistema di videocamere semi automatico



Calcio - Rugby

GPS - Global Position System

Sistema che permette tramite un terminale mobile, un software e una rete satellitare, di determinare la posizione geografica al suolo

