

**Test BG3 Tabella di Coerenza** (autore Dott. Gabriele Bernasconi, documento di proprietà CONI Servizi “Scuola dello Sport”.)

<b>TABELLA DI COERENZA INTERNA</b>	
Podio Gran Premio di <b>terza categoria</b>	<b>2</b> giorni di allenamento a settimana
Podio Gran Premio di <b>seconda categoria</b>	<b>3</b> giorni di allenamento a settimana
Podio Gran Premio di <b>1 categoria</b>	<b>4</b> giorni di allenamento a settimana
Podio Gran Premio di <b>Eccellenza</b>	<b>5</b> giorni di allenamento a settimana
Gli allenamenti s intendono di qualità ottima, con materiali adatti, e con inizio di almeno un mese prima del giorno di gara	

**COERENZA/ASPETTATIVA**

F (Freq. all. sett.)	Q (qualità all.)	P (predisp. gen.)	E (esperienza)	A (aspettativa)	S (probabilità di successo)
Numero reale di allenamenti sett.	Data dal tecnico di riferimento	Indole innata	Numero di successi nella categoria	Riferimento Tabella	$S = \left( \frac{F * Q * P * E}{A} \right) * 100$
Gli indici vanno da un minimo di 0 ad un massimo di 1					

Esempio:

Amilcare è un tiratore di medio livello (P = 0,7), inquadrato nella categoria seconda (A=3), che si allena 1 volta a settimana forse 2 nell’ultima e penultima settimana prima della gara (F = 1,5), ma il suo allenamento non è di buona qualità, non controllato da un tecnico, e anche i materiali a disposizione non sono verificati (Q= 0,4) . Amilcare non ha esperienza nella gara, nei fatti non ha mai raggiunto il podio in quella tipologia di gara (E=0,3). Ne calcoliamo la probabilità di successo:

$$S = \left( \frac{F * Q * P * E}{A} \right) * 100 = \left( \frac{1,5 * 0,4 * 0,7 * 0,3}{3} \right) * 100 = \left( \frac{0,126}{3} \right) * 100 =$$

**4,2 % di probabilità di successo**

La probabilità di successo può essere espressa anche come probabilità di insuccesso, per darne un impatto maggiore.

$$100\% - 4.2\% = \mathbf{95,8 \% \text{ di probabilità di non riuscire.}}$$

Indicazioni:

- La tabella di correlazione è basata su due principali indici, la frequenza di allenamento reale/quella aspettata;
- La tabella di correlazione che culmina con la formula del calcolo della probabilità di successo è un test che non può essere autosomministrato, questo perché all’interno ha dei coefficienti che devono essere valutati da un tecnico specifico;
- Il test può essere somministrato anche per livelli più alti con opportune variazioni da parte del tecnico di riferimento.

Roma 29.04.2019

*Dott. Gabriele Bernasconi*

Il presente documento è protetto dalla proprietà intellettuale dell’autore e dalla CONI Servizi “Scuola dello Sport”. Pertanto ogni qualvolta lo si utilizzi se ne deve riportare fonte ed autore : Progetto di Lavoro “Riatletizzazione di un atleta dopo il parto” , autore Dott. Gabriele Bernasconi, documento di proprietà CONI Servizi “Scuola dello Sport”.