

CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO E SECONDO LIVELLO GIOVANILE 2021/2022

TEMA ISPIRATORE

La **pianificazione dell'allenamento** e la **didattica delle dinamiche del gioco**

OBIETTIVI DEL CORSO

- Capacità di costruire un **protocollo di lavoro** attraverso **esercitazioni selezionate nella prassi** diffusa dell'allenamento pallavolistico:
 - ◇ Capacità di organizzare l'allenamento attraverso una corretta **interpretazione della tecnica** nelle specifiche situazioni di gioco
- Capacità di gestire elementi fondamentali della **preparazione fisica** nel sistema di allenamento:
 - ◇ Concetti generali sul **significato della FORZA** per la pallavolo
- Principi teorici dell'allenamento:
 - ◇ Principi che regolano la **gestione del carico** di allenamento:
 - **Stimolo allenante efficace**
 - Corretta **successione dei carichi**
 - Relazione tra **formazione generale e speciale**

PROGRAMMA E STRUTTURA DEL CORSO

- Il Corso è strutturato in 31 lezioni da 2 ore per un totale di 62 ore di formazione, più 4 ore d'esame, così suddivise:
 - ✓ Teoria e Metodologia dell'Allenamento
 - ✓ Didattica, Tecnica e Pratica
 - ✓ Cenni di Preparazione Fisica per la Pallavolo
 - ✓ Medicina applicata allo Sport
 - ✓ Scouting e Match Analysis
 - ✓ Regolamento e Tecnica Arbitrale
 - ✓ Sitting Volley

#MIDIVERTOSERIAMENTE

- I primi 10 moduli dei 31 previsti verranno sviluppati su piattaforma E-learning Calzetti-Mariucci o su piattaforma zoom, le modalità dei restanti saranno in presenza.
- Una parte del corso potrà essere effettuata anche in formula residenziale (weekend)

La frequenza alle lezioni è obbligatoria: in caso di assenza i partecipanti, al fine di ottenere la regolare ammissione alla prova di esame, saranno invitati a recuperare le lezioni nell'ambito dei Corsi attivati presso altri Comitati Territoriali. Sono comunque consentite assenze per 3 moduli di lezione (6 ore).

CALENDARIO CORSO 1 GRADO SECONDO LIVELLO GIOVANILE

GIORNO/ORAZIONE	MODULO	DOCENTE	LUOGO
DOMENICA 05 DICEMBRE 15:00-18:00	1: La seduta di allenamento tecnico-tattico 2: L'esercizio analitico e globale nel sistema di allenamento tecnico-tattico	Prof. Carlo Bonfatti	Piattaforma ONLINE
DOMENICA 19 DICEMBRE 15:00-18:00	28: Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite 29: Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra	Prof. Matteo Pellizzoni	Piattaforma ONLINE
DOMENICA 16 GENNAIO 15:00-18:00	26. Fisiologia riferita al carico di lavoro e gli adattamenti conseguenti 27. Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico	Prof. Rossetti e Bucella	Piattaforma ONLINE
DOMENICA 30 GENNAIO 14:00-18:45	30. Approfondimenti sul regolamento e sulla tecnica arbitrale 4. La gestione del gruppo	Arbitro Roberto Merli	Piattaforma ONLINE
DOMENICA 13 FEBBRAIO 15:00-18:00	3. La forza nella pallavolo 5. La valutazione	Prof. Roberto Bicego	Piattaforma ONLINE
DOMENICA 27 FEBBRAIO 15:00-18:00	23. La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del cambio palla e della ricostruzione 24. L'allenamento tattico attraverso il gioco	Prof. Luciano Molinari	Piattaforma ONLINE
DOMENICA 6 MARZO 14:00-18:00	6. Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di alzata	Prof. Simone Gualdi	Palestra Selmi – via L.DA VINCI 300,

FIPAV Comitato Territoriale di Modena - c/o CONI Point Modena - Viale Dello Sport, 29 - 41122 Modena (MO)
059 8753686 - info@fipav.mo.it - www.fipav.mo.it

#MIDIVERTOSERIAMENTE

	10. Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche per gli interventi difensivi		ingresso VIA NOBILI, MODENA
DOMENICA 20 MARZO 14:00-18:00	7. Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di ricezione 8. L'attacco secondo i modelli esecutivi caratteristici dei vari ruoli	Prof. Roberto Bicego	Palestra Corni – ingresso VIA NOBILI, MODENA
DOMENICA 27 MARZO 14:00-18:00	11. Contenuti dell'allenamento specifico dell'alzatore 12. Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante	Prof. Luciano Molinari	Palestra comunale SAN CESARIO – CORSO LIBERTA' 29
DOMENICA 3 APRILE 14:00-18:00	17. L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla 18. L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro	Prof. Roberto Bicego	Palestra comunale di CORLO – VIA CORLETTO 1
DOMENICA 10 APRILE 14:00-18:00	21. L'allenamento dei sistemi di difesa e contrattacco 22. L'allenamento dei sistemi di copertura e contrattacco	Prof. Matteo Pellizzoni	Palestra Corni – ingresso VIA NOBILI, MODENA
GIOVEDI' 5 MAGGIO 19:00-23:00	25. Protocolli per l'allenamento della forza 18. L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro	Prof. Alberto Di Mattia Prof. Roberto Bicego	SEDE FIPAV – Via dello Sport, 29 MODENA
DOMENICA 8 MAGGIO 14:00-19:00	31. Il sitting volley 20. Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco e contro muro 17. L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla	Prof. Luciano Molinari	Palestra Corni – ingresso VIA NOBILI, MODENA
DOMENICA 15 MAGGIO 14:00-18:00	16. L'esercizio di battuta-ricezione e l'allenamento del sistema di ricezione 19. Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione	Prof. Simone Gualdi	Palestra comunale SAN CESARIO – CORSO LIBERTA' 29
DOMENICA 22 MAGGIO 14:00-18:00	14. Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto 15. Contenuti dell'allenamento specifico del libero	Prof. Carlo Bonfatti	Palestra Selmi – via L.DA VINCI 300, ingresso VIA NOBILI

#MIDIVERTOSERIAMENTE

<p>DOMENICA 29 MAGGIO 14:00-18:00</p>	<p>9. Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di muro 13. Contenuti dell'allenamento specifico del centrale</p>	<p>Prof. Luciano Molinari</p>	<p>Palestra Arpad Weisz – via 29 MAGGIO, MIRANDOLA</p>
<p><u>LE DATE RIPORTATE SI POSSONO CONSIDERARE DEFINITIVE, POTREBBERO ESSERCI EVENTUALI SPOSTAMENTI DI DATE O CAMBIAMENTI DI DOCENTI DI CUI VERRETE INFORMATI PER TEMPO.</u></p>			

ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allenatore di Primo Grado – 2° Livello Giovanile che risultino idonei all'esame finale acquisiscono la qualifica di "Allenatore di Primo Grado – 2° Livello Giovanile", dopo la ratifica da parte del Settore Tecnico FIPAV, con decorrenza dalla data dell'esame finale.

Il mantenimento della qualifica di "Allenatore di Primo Grado – 2° Livello Giovanile" è subordinato all'obbligo di frequenza annuale degli aggiornamenti tecnici previsti per il livello di qualificazione, fino al passaggio alla successiva qualifica.

L'abilitazione di "Allenatore di Primo Grado – 2° Livello Giovanile" consente di svolgere l'attività tecnica di:

- Primo Allenatore nei Campionati Prima, Seconda e Terza Divisione ed in TUTTI i Campionati di Categoria.
- Secondo Allenatore nei Campionati di Serie B2 femminile, C, D, Prima, Seconda e Terza Divisione e in TUTTI i campionati di categoria.

Durante la fase di svolgimento del Corso non è consentito l'espletamento delle funzioni di Allenatore nei campionati della categoria di prossima abilitazione.

ISCRIZIONI

La **quota di iscrizione** al corso sarà pari ad una somma di **350,00€ stabilità** dal consiglio federale e comprenderà anche eventuali sussidi e materiali didattici prodotti in funzione del corso stesso.

L'importo dovrà essere versato sul conto presso:

BPER Banca Ag. 4 di Modena

IBAN IT300 05387 12904 000001441450

FIPAV Comitato Territoriale di Modena - c/o CONI Point Modena - Viale Dello Sport, 29 - 41122 Modena (MO)

059 8753686 - info@fipav.mo.it - www.fipav.mo.it

#MIDIVERTOSERIAMENTE

intestato a Comitato Territoriale Fipav Modena
riportando la causale: ISCRIZIONE CORSO PRIMO GRADO 2021

Il termine ultimo per le iscrizioni è venerdì 3 dicembre 2021.

Per iscriversi si dovrà accedere al sito C.T. <https://www.fipav.mo.it> cliccando sul banner dedicato, ovvero accedendo alla sezione dedicata agli [allenatori](#) nonché consultare la sezione [Modulistica](#)

Tramite tutti questi accessi è disponibile il [modulo d'iscrizione web](#) che dovrà essere compilato in tutte le sue parti.

Al momento dell'iscrizione deve essere allegata copia del bonifico.

I partecipanti al corso devono presentare, prima dell'inizio della parte pratica, un certificato medico di idoneità sportiva non agonistica nel quale sia specificata l'attività di pallavolo.

I link per le lezioni online vi verranno inviate entro il giorno prima.

Il corso, per essere attivato dovrà prevedere un minimo di 15 iscritti.

Nota

Si ricorda che gli **allievi allenatori**, per rimanere in regola con il proprio cartellino, se non si iscrivono al corso di primo grado, devono necessariamente frequentare **4 moduli di aggiornamento** di cui 2 denominati "TITOLO OBBLIGATORIO".

Direttore didattico

Prof Molinari Luciano