



Bologna 08 novembre 2019

Prot. N. 229 19/ALL/LP

## CORSO REGIONALE ALLENATORI SECONDO GRADO BANDO DI AMMISSIONE

Il Centro di Qualificazione Regionale dell'Emilia Romagna, indice ed organizza il Corso Allenatori per il conseguimento della qualifica di Allenatore di Secondo Grado Terzo Livello Giovanile, per la Stagione 2019–2020.

Il presente Bando contiene le Norme di Ammissione ed il Programma didattico.

### 1 - Finalità

Il Corso si propone i seguenti obiettivi:

- **Costruire protocolli di lavoro ed esercitazioni adeguate** al contesto e all'obiettivo
  - Capacità di **adattare il sistema di allenamento** alle esigenze del gruppo
- **Organizzare un processo** formativo e/o dirigerlo coordinando il lavoro dello staff
  - Capacità di **pianificare** a lungo (il programma pluriennale) e medio termine (la stagione agonistica)
- Organizzare la **PREPARAZIONE FISICA** e relativi protocolli applicativi
  - Il modello di **prestazione fisica** della pallavolo
  - Il **lavoro tecnico e fisico integrato**
- Sviluppare i principi teorici dell'allenamento:
  - Principi che regolano la gestione del processo di specializzazione del ruolo:
    - ◆ La specializzazione progressiva
    - ◆ Carico/stimolo finalizzato
    - ◆ Carico/stimolo adeguato all'età

### 2 – Destinatari

Il Corso è riservato ai Tecnici che sono in possesso della qualifica di Allenatori di 1° grado Secondo Livello Giovanile, conseguita nella stagione 2018/2019 o nelle stagioni antecedenti; rimane sottointeso che devono essere in regola con il tesseramento e gli aggiornamenti.

### 3 – Periodo di Svolgimento

Il corso inizierà **Domenica 22 dicembre 2019** e terminerà, con prova finale, **Domenica 07 giugno 2020** o **Domenica 14 giugno 2020**; la data dell'esame finale ha due possibili soluzioni subordinate al numero di iscritti al corso visto che un numero elevato richiede una tempistica maggiore legata allo svolgimento delle prove pratiche. Prima di tale data sono previste altre prove soggette a valutazione: rilevamento allenamenti, scout ed esame di ammissione alla fase residenziale.



Bologna 08 novembre 2019

#### 4 – Luogo di Svolgimento

Le lezioni teoriche si svolgeranno quasi esclusivamente presso la Sala riunioni CRER, Via Trattati Comunitari, 7 a Bologna; fanno eccezione alcune lezioni teorico-pratiche che avranno come sede la palestra del docente che le tiene e verrà utilizzato il suo gruppo squadra per le dimostrazioni del caso. Di seguito è indicato l'intero programma del corso con luoghi, date e orari.

#### 5 – Scadenza iscrizioni e Quota di Partecipazione

La scadenza delle iscrizioni è fissata per venerdì 13 dicembre 2019 alle ore 24.00.

Il costo del corso è di euro 900 (novecento/00). L'importo totale viene suddiviso in due rate:

- la prima di euro 500 (cinquecento/00) da versare entro martedì 17 dicembre 2019;
- la seconda di euro 400 (quattrocento/00) è da pagare prima della parte residenziale e riservata esclusivamente a chi avrà superato l'esame di sbarramento; per questa seconda rata il termine ultimo per il pagamento è fissato a giovedì 14 maggio 2020.

Entrambi gli importi sono da pagare tramite Bonifico Bancario sul conto identificato dal codice Iban IT 72X010050259900000070006 intestato a FIPAV CRER.

L'importo sopra indicato comprende: materiale didattico, pranzo nelle giornate che prevedono lezioni la mattina e il pomeriggio (è esclusa la giornata del 10 maggio 2020) e soggiorno presso le strutture alberghiere che ospiterà il corso nella sua parte residenziale (gli extra: vino, alcolici, ecc. sono a carico dei partecipanti).

Eventuali rinunce non daranno luogo a nessuna restituzione delle somme versate.

#### 6 – Norme di ammissione al Corso

- L'iscrizione va effettuata tramite <https://corsi.fipavonline.it>; il link per accedere al sito si trova anche nella pagina del nostro Comitato Regionale [www.fipavcrer.it](http://www.fipavcrer.it) in alto a sinistra (click sinistro sul cavaliere FIPAVONLINE e di nuovo click sinistro su CORSI ALLENATORI); Preferibilmente **non utilizzare Firefox come browser (per eventuali problematiche di accesso contattare [segreteria@fipavcrer.it](mailto:segreteria@fipavcrer.it) )**.
- I partecipanti al Corso devono presentare il certificato medico di sana e robusta costituzione per l'attività di pallavolo non agonistica, da consegnare in originale alla prima lezione.
- Copia della ricevuta di pagamento dell'iscrizione e del certificato medico vanno inviate all'indirizzo e-mail [allenatori@fipavcrer.it](mailto:allenatori@fipavcrer.it) entro martedì 17 dicembre 2019; il mancato rispetto della scadenza od il parziale invio della documentazione richiesta, comporterà l'esclusione dal corso.



Bologna 08 novembre 2019

- Il Corso verrà attivato al raggiungimento di un numero minimo di 20 tecnici iscritti. In caso non si raggiunga il numero minimo il Comitato Regionale si riserva di deliberare il suo svolgimento qualora ne ravvisi l'improcrastinabilità.

## 7 – Struttura del Corso

- Il Corso è di tipo periodico (64 ore) e residenziale (15 ore), per un totale di 79 ore di formazione, a cui si aggiungono 10 ore di esame.
- Il responsabile organizzativo del Corso nonché Direttore Didattico sarà il prof. Luca Parlatini.
- Durante la fase di svolgimento del corso **non è consentito** l'espletamento delle funzioni di allenatore nella categoria di prossima abilitazione.
- La frequenza alle lezioni è obbligatoria: sono comunque consentite durante la fase periodica assenze per 5 moduli di lezione (10 ore). **Al contrario, durante la fase residenziale, il rilevamento allenamenti ed il rilevamento match (scout), non sono ammesse assenze, in quanto prove di esame.**

## 8 – Corpo Docente

Il corpo docente sarà composto da docenti FIPAV ed esperti specialisti del settore.

I docenti saranno: il Dott. Matteo Pellizzoni, il Prof. Luciano Molinari, il Prof. Luca Parlatini, il Dott. Saverio Colonna, il Prof. Roberto Bicego, il Prof. Simone Gualdi, il Prof. Carlo Bonfatti, il Prof. Alessandro Lancetti, il Prof. Nadia Centoni, il Prof. Mauro Masacci, il Prof. Andrea Simoncelli, il Prof. Andy Delgado e l'Ing. Andrea Asta.

## 9 – Programma del corso

**Il programma del corso, fermo restando il massimo impegno da parte del CRER affinché esso venga puntualmente rispettato, potrà subire, in via del tutto eccezionale, variazioni a livello di date, docenti o argomenti delle lezioni. Tali eventuali variazioni verranno in ogni caso tempestivamente comunicate ai partecipanti del corso.**

Di seguito il dettaglio del programma:

**Domenica 22 dicembre 2019:** ore 9.30 – 10.00, presso Sala -Riunioni CRER.

Presentazione Corso Secondo Grado – prof. L.Parlatini

**Domenica 22 dicembre 2019:** ore 10.00 – 13.00, presso Sala Riunioni CRER. **Prof. Bicego/Asta**

Metodologia nell'allenamento del Cambio Palla per la pallavolo maschile

La prassi nell'allenamento del Cambio Palla per la pallavolo maschile (1^ parte)



**FEDERAZIONE ITALIANA PALLAVOLO**  
**COMITATO REGIONALE EMILIA ROMAGNA**



**Bologna 08 novembre 2019**

**Domenica 22 dicembre 2019:** ore 14.00 – 17.00, presso Sala Riunioni CRER. **Prof. Bicego/Asta**  
Metodologia nell'allenamento del Break Point per la pallavolo maschile  
La prassi nell'allenamento del Break Point per la pallavolo maschile (1^ parte)

**Domenica 19 gennaio 2020:** ore 09.00 – 13.00, presso Sala CONI "L. Benedini" Via Luigi Anedda 5A, Parma (PR). **Prof. Luciano Molinari**  
Metodologia nell'allenamento del Break Point per la pallavolo femminile  
La prassi nell'allenamento del Break Point per la pallavolo femminile

**Domenica 02 febbraio 2020:** ore 09.00 – 13.00, presso Sala Riunioni CRER. **Prof. Carlo Bonfatti**  
La programmazione pluriennale nel settore giovanile  
L'analisi del livello di prospettiva del giocatore giovane

**Domenica 02 febbraio 2020:** ore 14.00 – 18.00, presso Sala riunioni CRER. **Prof. Carlo Bonfatti**  
Il talento nella pallavolo  
La specializzazione nel sistema di allenamento giovanile

**Domenica 09 febbraio 2020:** ore 09.00 – 13.00, presso Sala CONI "L. Benedini" Via Luigi Anedda 5A, Parma (PR). **Prof. Alessandro Lancetti**  
Analisi tecnica della fase Cambio Palla nella pallavolo femminile  
Analisi tecnica della fase Break Point nella pallavolo femminile

**Domenica 16 febbraio 2020:** ore 09.00 – 13.00, presso Sala riunioni CRER. **Prof. Nadia Centoni**  
La forza nel modello di prestazione fisica della pallavolo  
La tecnica esecutiva dei principali esercizi con i sovraccarichi

**Domenica 15 marzo 2020:** ore 09.00 – 13.00, presso Sala riunioni CRER. **Prof. Andy DelGado**  
Il percorso di specializzazione per il ruolo di ricevitore attaccante  
Il percorso di specializzazione per il ruolo di libero

**Domenica 22 marzo 2020:** ore 09.00 – 11.00, presso Sala riunioni CRER. **Prof. Matteo Pellizzoni**  
Seduta di allenamento di una squadra di serie B2 Femminile e B Maschile

**Domenica 22 marzo 2020:** ore 11.00 – 13.00, presso Sala riunioni CRER. **Prof. Bicego/Asta**  
La prassi nell'allenamento del Cambio Palla per la pallavolo maschile (2^ parte)  
La prassi nell'allenamento del Break Point per la pallavolo maschile (2^ parte)

**Domenica 22 marzo 2020:** ore 14.00 – 18.00, presso Sala riunioni CRER. **Prof. Roberto Bicego**  
Rapporto tra preparazione fisica e preparazione tecnico-tattica  
Lo sviluppo della capacità di salto



FIPAV – COMITATO REGIONALE EMILIA ROMAGNA – Via Trattati Comunitari Europei 7 – 40127 Bologna

Tel. 0516311314 - IBAN: IT72X010050259900000070006

Partita IVA 01382321006 – [www.fipavcrer.it](http://www.fipavcrer.it) – e-mail: [allenatori@fipavcrer.it](mailto:allenatori@fipavcrer.it)

Pag. 4



Bologna 08 novembre 2019

**Domenica 29 marzo 2020:** ore 09.00 – 13.00, presso Sala riunioni CRER. **Prof. Matteo Pellizzoni**  
Match Analysis: rilevamento dei dati e programmazione degli allenamenti  
Utilizzo del video per lo studio della propria squadra e delle squadre avversarie

**Domenica 29 marzo 2020:** ore 14.00 – 18.00, presso Sala riunioni CRER. **Prof. Parlatini, Asta**  
Analisi tecnica della fase Cambio Palla nella pallavolo maschile  
Analisi tecnica della fase Break Point nella pallavolo maschile

**Domenica 05 aprile 2020:** ore 18.00 inizio gara, presso Palazzetto dello Sport – Viale 2 Giugno, 3 - Ozzano dell'Emilia. Il ritrovo è fissato per le ore 17.00. **Prof. Matteo Pellizzoni**  
Rilevamento dei dati durante una gara del Campionato Nazionale di Serie B

**Domenica 19 aprile 2020:** ore 09.00 – 13.00, presso Sala Riunioni CRER. **Prof. Andrea Simoncelli**  
Metodologia nell'allenamento del Cambio Palla per la pallavolo femminile  
La prassi nell'allenamento del Cambio Palla per la pallavolo femminile

**Domenica 26 aprile 2020:** ore 09.00 – 13.00, presso Palestra "Vannini" - Via Antonio Gramsci, 2 - Medicina. **Prof. Mauro Masacci**  
Il percorso di specializzazione per il ruolo del centrale  
Il percorso di specializzazione per il ruolo di opposto

**Domenica 03 maggio 2020:** ore 09.00 – 13.00, presso Palestra "Anna Frank" - Piazza Montessori (ingresso Via Zenzalose), Montale Rangone (MO). **Prof. Simone Gualdi**  
Il percorso di specializzazione per il ruolo di alzatore  
L'esercizio di sintesi e di gioco

**Domenica 10 maggio 2020:** ore 10.30 – 12.00, presso Sala riunioni CRER.  
**ESAME DI SBARRAMENTO**

**Domenica 10 maggio 2020:** ore 14.00 – 18.00, presso (luogo e docente da definire).  
Prevenzione per l'arto superiore e per la colonna vertebrale  
Prevenzione per il ginocchio e per la caviglia

**Alla fine della lezione sulla prevenzione verranno comunicati i risultati dell'esame di sbarramento. I corsisti che superano la fase di sbarramento possono accedere a quella residenziale. Verranno inoltre consegnati i temi per lo svolgimento della simulazione della prova pratica di conduzione.**



**Fase Residenziale del 16 e 17 Maggio 2020 (Luogo da definire)**

**Sabato 16 Maggio 2020:** ore 09.30 – 12.30 (DOCENTE DA DEFINIRE)

Battuta e ricezione nella pallavolo femminile di alto livello

L'attacco per il Cambio Palla per la pallavolo femminile di alto livello

**Sabato 16 maggio 2020:** ore 14.30 – 17.30 (DOCENTE DA DEFINIRE)

Muro/Difesa nella pallavolo femminile di alto livello:

Il contrattacco nella pallavolo femminile di alto livello:

**Sabato 16 Maggio 2020:** ore 17.30 – 20.00 Prof. Parlatini

**Sessioni di allenamento guidate**

**Sabato 16 Maggio 2020:** ore 21.30 – 23.00 Prof. Parlatini

**Consegna argomenti e preparazione Elaborato Finale**

**Domenica 17 Maggio 2020:** ore 09.00 – 12.00 (DOCENTE DA DEFINIRE)

Battuta e ricezione nella pallavolo maschile di alto livello

L'attacco per il Cambio Palla per la pallavolo maschile di alto livello

**Domenica 17 maggio 2020:** ore 14.30 – 17.30 (DOCENTE DA DEFINIRE)

Muro/Difesa nella pallavolo maschile di alto livello

Il contrattacco nella pallavolo maschile di alto livello

## 10 – Esami

### ESAME DI MATCH ANALYSIS:

- 1. Domenica 05 aprile 2020 ore 18.00** presso Palazzetto dello Sport – Viale 2 Giugno, 3 - Ozzano dell'Emilia. Il ritrovo è fissato per le ore 17.00. **Prof. Matteo Pellizzoni**  
Rilevamento dei dati durante una gara del Campionato Nazionale di Serie B.  
I corsisti, divisi in coppie, su moduli prestampati, daranno una valutazione di quanto succede in campo, verificheranno l'efficienza del giocatore nei vari fondamentali e l'efficienza della squadra nelle varie rotazioni. Effettueranno delle considerazioni personali di quanto avvenuto ed elaborato sul campo e soprattutto sulle possibili conseguenze metodologiche e programmatiche che determinano le scelte nel sistema di allenamento.  
**Gli elaborati dell'esame di match analysis costituiscono documentazione fondamentale per la valutazione finale.**

### 2. RILEVAZIONE ALLENAMENTI DI SQUADRE DI SERIE B:

I corsisti dovranno rilevare 2 allenamenti (uno sulla Fase Break Point e uno sulla Fase Cambio Palla), descrivendoli in modo chiaro, dettagliato e completo di rappresentazioni grafiche; l'Allenatore rileverà:

- minuti dedicati ad ogni singolo esercizio;
- obiettivo delle esercitazioni che verranno proposte e la loro sequenzialità nella seduta
- criteri di utilizzazione e coinvolgimento dei giocatori nelle varie esercitazioni;
- tempo di recupero;
- spostamenti della palla e degli atleti.

Ogni allenamento dovrà essere corredato da un commento relativo a:

- obiettivi dell'allenamento;
- organizzazione della squadra e delle sequenze di lavoro individuali;
- correzioni didattiche eventualmente effettuate dall'allenatore e strategia di intervento utilizzata;
- considerazioni (non giudizio) personali sull'allenamento rilevato.

Di seguito le squadre e le date possibili;

- Visione dell'allenamento sul Cambio Palla per la pallavolo femminile – Prof. Andrea Simoncelli
- **Giovedì 23 aprile 2020:** ore 19.00 – 21.30, presso Palestra CUBO Piazza Sanguinetti 44, 47521 CESENA (FC). **BF1**

- Visione dell'allenamento sul Cambio Palla per la pallavolo maschile – Prof. Asta/Parlatini:



Bologna 08 novembre 2019

**Martedì 28 gennaio 2020:** ore 19.30 – 21.30, presso Palestra LERCARO Via MARCO EMILIO LEPIDO 194/10 BOLOGNA. **BM**

- Visione dell'allenamento sul Cambio Palla per la pallavolo maschile – Prof. Asta/Parlatini:  
**Martedì 25 febbraio 2020:** ore 19.30 – 21.30, presso Palestra LERCARO Via MARCO EMILIO LEPIDO 194/10 BOLOGNA. **BM**
- Visione dell'allenamento sul Break Point per la pallavolo femminile – Prof. Luciano Molinari  
**Mercoledì 22 gennaio 2020:** ore 20.30 – 22.30, presso Palestra Bonatti Via Barozzi 41037 Mirandola MO. **B2F**
- Visione dell'allenamento sul Break Point per la pallavolo femminile – Prof. Luciano Molinari  
**Mercoledì 04 marzo 2020:** ore 20.30 – 22.30, presso Palestra Bonatti Via Barozzi 41037 Mirandola MO. **B2F**
- Visione dell'allenamento sul Break Point per la pallavolo maschile – Prof. Roberto Bicego  
**Mercoledì 15 gennaio 2020:** ore 19.30 – 21.30, presso Palestra Pala Anderlini Via Mario Vellani Marchi 27, 41124 Modena. **BM**
- Visione dell'allenamento sul Break Point per la pallavolo maschile – Prof. Roberto Bicego  
**Mercoledì 19 febbraio 2020:** ore 19.30 – 21.30, presso Palestra Pala Anderlini Via Mario Vellani Marchi 27, 41124 Modena. **BM**

**Gli elaborati prodotti in seguito ai rilevamenti costituiscono materiale di valutazione finale.**

### 3. ESAME DI “ACCESSO ALLA FASE RESIDENZIALE”

Al termine della parte periodica e prima della parte residenziale si svolgerà un “**esame di sbarramento**” costituito da un questionario a domande chiuse sugli argomenti trattati durante le lezioni della fase periodica.

I criteri di attribuzione dei punteggi sono i seguenti:

- Risposta esatta: + 1
- Risposta errata: – 1
- Risposta non data: 0

Il punteggio ottenuto nel questionario sarà strutturato nel modo seguente:

- 0-10 punti: sbarramento non superato, obbligatorio ripetere la prova
- 11-15 punti: necessario approfondire le tematiche oggetto della prova
- 16-24 punto: sbarramento superato
- 25 punti: esonero per la parte relativa alle domande sul questionario della prova orale e conseguimento di 15 punti.

L'esame di “accesso alla fase residenziale” è previsto per **Domenica 10 maggio 2020**, dalle ore 10.30 alle ore 12.00 presso la Sala riunioni del CRER.



Bologna 08 novembre 2019

L'accesso alla Fase residenziale sarà consentita conseguendo una valutazione uguale o maggiore a 11/30.

#### 4. ESAME DI IDONEITÀ FINALE

L'esame di idoneità finale è composto da una prova pratica atta a valutare le capacità di conduzione di un allenamento e da una prova orale.

Per la prova pratica verranno utilizzate le squadre messe a disposizione dai docenti o dagli stessi corsisti. I corsisti verranno divisi in gruppi e utilizzando le squadre messe a disposizione si alterneranno nella conduzione delle stesse. Il periodo riservato alle valutazioni inerenti la conduzione va da **lunedì 18 maggio 2020 a venerdì 05 giugno 2020**. Tale periodo può essere dilatato nel caso in cui il numero di iscritti risulti elevato.

La prova orale prevede domande riguardanti gli argomenti trattati durante il corso e domande relative al questionario. Tale prova è fissata per **Domenica 07 giugno 2020 dalle 9.00 alle 13.00** presso la sede del Comitato Regionale Emilia Romagna, via Trattati Comunitari Europei, 7 a Bologna.

**Nel caso le iscrizioni al corso siano particolarmente numerose da richiedere più tempo per la valutazione della conduzione la prova orale potrebbe slittare a Domenica 14 giugno 2020.**

## 11 - Valutazione finale

Sarà espressa in 100/100 così suddivisi:

- 25/100 Prova scritta con sbarramento
- 5/100 Elaborato Rilevamento Allenamenti
- 5/100 Elaborato Match Analysis
- 5/100 Elaborato Finale
- 25/100 Capacità di conduzione
- 35/100 Prova orale
  - 15/100 domande relative al questionario (esonero nel caso in cui il punteggio riportato nel questionario sia 25/100)
  - 20/100 domande a discrezione del Docente

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in **60/100**.

## 12 - Abilitazione



FIPAV – COMITATO REGIONALE EMILIA ROMAGNA – Via Trattati Comunitari Europei 7 – 40127 Bologna

Tel. 0516311314 - IBAN: IT72X010050259900000070006

Partita IVA 01382321006 – [www.fipavcrer.it](http://www.fipavcrer.it) – e-mail: [allenatori@fipavcrer.it](mailto:allenatori@fipavcrer.it)

Pag. 9



Bologna 08 novembre 2019

I partecipanti al Corso Allenatore di Secondo Grado Terzo Livello Giovanile che risultino idonei all'esame finale acquisiranno la qualifica di **"Allenatore di Secondo Grado Terzo Livello Giovanile"** con decorrenza dalla data dell'esame finale.

- L'abilitazione "Allenatore di Secondo Grado Terzo Livello Giovanile" consente di svolgere l'attività tecnica di **Primo Allenatore nei campionati di serie B2F, C, D, 1<sup>^</sup>-2<sup>^</sup>-3<sup>^</sup> Divisione** e di **Secondo Allenatore nei Campionati di Serie A1, A2, B maschile, B1 e B2 femminile, C, D, 1<sup>^</sup>-2<sup>^</sup>-3<sup>^</sup> Divisione**. Da questa stagione, essendo comprensivo del Terzo Livello Giovanile, è abilitato a ricoprire il ruolo di **Primo Allenatore in qualsiasi campionato di categoria**.
- La qualifica di "Allenatore di Secondo Grado Terzo Livello Giovanile" è permanente ma subordinata all'obbligo di frequenza annuale degli aggiornamenti tecnici previsti per il livello di qualificazione.

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

### 13 – Informativa ex art. 13 D.LGS N. 196 del 30/06/2003

Vedi documento allegato

### 14 - Riferimenti

Per qualsiasi dubbio o chiarimento relativo al Corso è possibile contattare il Prof. **Luca Parlatini** al numero **334 6830197**.