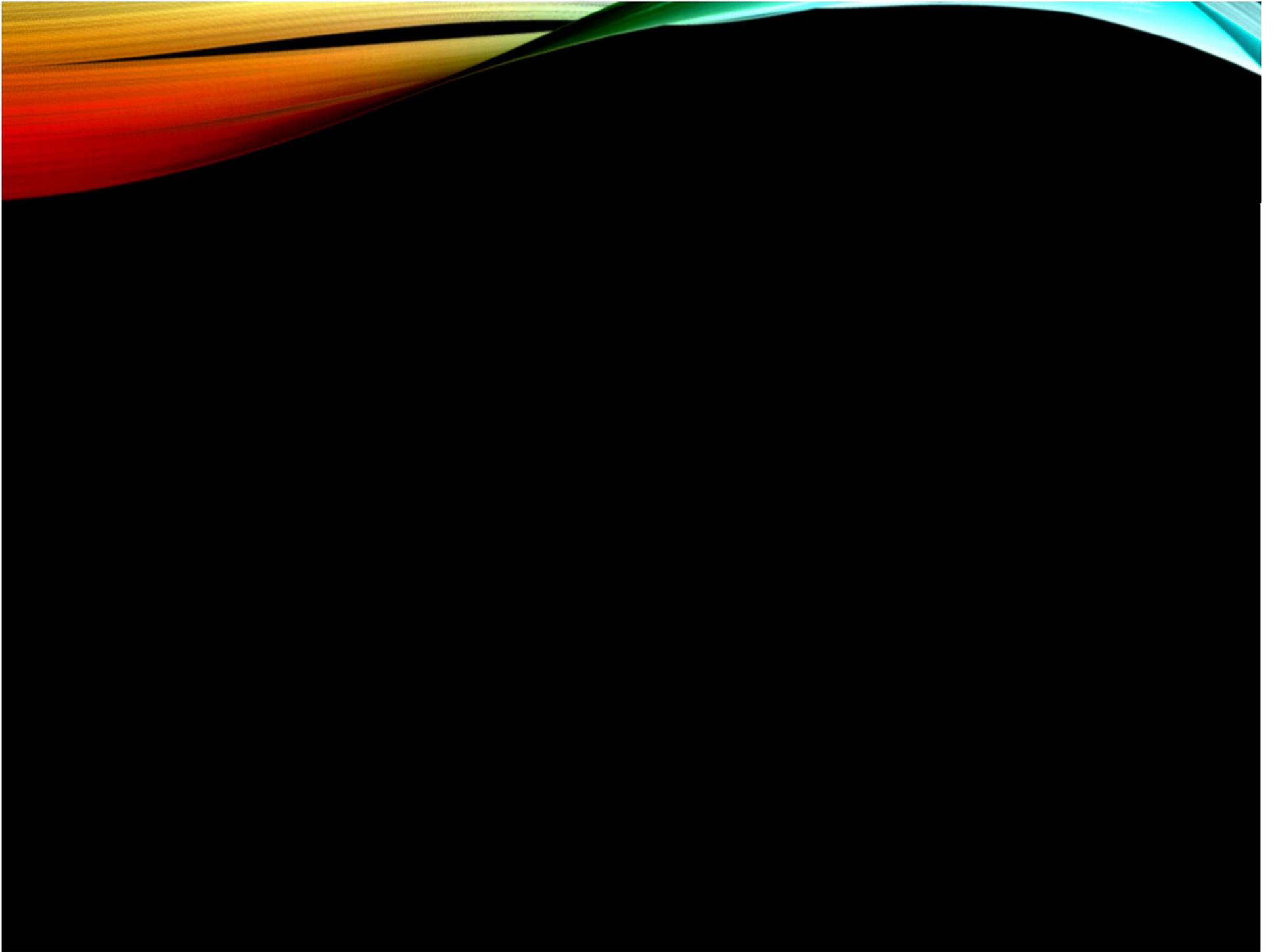


**CORSO PER ALLIEVI ALLENATORI
2019-2020**

**La classificazione
metodologica e strutturale
della pallavolo tra le discipline sportive**



**MODENA
5 DICEMBRE 2019**





PRINCIPI FONDAMENTALI

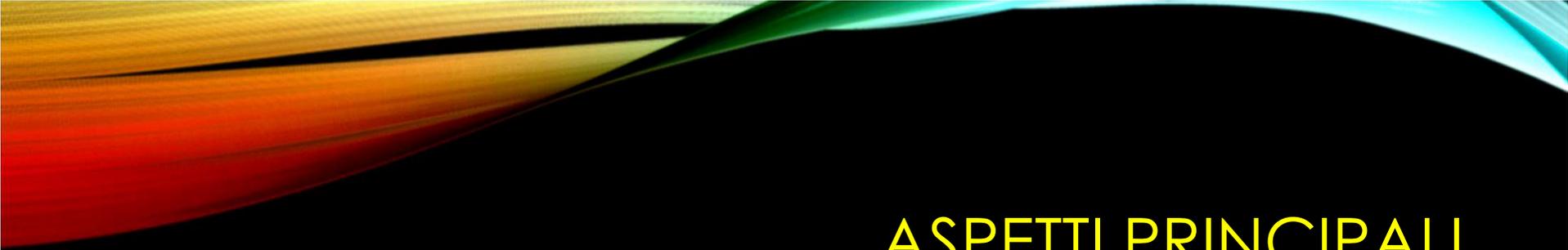
- GIOCO SPORTIVO
- SPORT DI SITUAZIONE
- TECNICA E TATTICA
- METODOLOGIA D'ALLENAMENTO

STRUTTURA DEL GIOCO

- OBIETTIVO
- FASI
- FONDAMENTALI
- TECNICHE di base e specialistiche

DISCIPLINA «OPEN SKILL»

- VARIABILITA' SITUAZIONALE
- **TATTICA** come espressione coordinativa - cognitiva
- **TECNICA** come espressione organico muscolare
- PREPARAZIONE FISICA E MENTALE



ASPETTI PRINCIPALI

- ESPRESSIONE MOTORIA
- CAPACITA' ED ABILITA'
- ALLENABILITA' E COMPETITIVITA'



ELEMENTI CARATTERISTICI

- TRAIETTORIA DELLA PALLA
- TEMPO TECNICO
- ORIENTAMENTO AL BERSAGLIO
- RAPPORTO POTENZA – PRECISIONE

TIPOLOGIE DI ESERCITAZIONI

- ANALITICHE
- SINTETICHE
- GLOBALI

PROGRAMMAZIONE E PIANIFICAZIONE

- AMBIENTE – MEZZI
- MODELLO DI PRESTAZIONE
- CICLI
- UNITA' DIDATTICHE

SCELTA ED IMPOSTAZIONE TECNICA DEI VARI RUOLI

- Nelle tecniche.
- Nelle fasce di età.
- Nelle le caratteristiche morfologiche.
- Negli obiettivi tecnici individuali.
- Nella correzione degli errori.



GRAZIE PER L'ATTENZIONE

bonfatti.carlo@gmail.com

347.466.00.96