

**Stagione sportiva 2020-2021**

**CORSO ABILITANTE al GRADO di**

**1° GRADO**  
**2° livello giovanile**  
**2020/2021**

**Nuova indizione**  
(aggiornata al 6 aprile 2020)  
**con lezioni on line**



***A seguito “dell'emergenza coronavirus” ci troviamo a dover rivedere l'organizzazione del corso già indetto, prevedendo le lezioni teoriche in modalità “on line” e modificando parzialmente il calendario del corso.***

---

## **CORSO ALLENATORE DI 1° GRADO 2° livello Giovanile 2020/2021**

---

**NUOVA INDIZIONE – AGGIORNATA AL 06 APRILE 2020**

### **ISCRIZIONI APERTE**

L'iscrizione va effettuata  
**ENTRO MARTEDI 05 MAGGIO 2020**  
O AL RAGGIUNGIMENTO DEI POSTI DISPONIBILI  
(Max 45 posti)

Il Comitato Provinciale FIPAV di Vicenza, in collaborazione con la Commissione Allenatori ed il Centro di Qualificazione Provinciale, indice ed organizza il Corso Allenatore di Primo Grado-secondo livello giovanile.

**L'iscrizione dovrà essere formalizzata entro e non oltre il 05 Maggio 2020:**

**1. compilare il modulo d'iscrizione in ogni sua parte ->  
<https://goo.gl/forms/wcYthvltwAYi78Vf2>**

**2. effettuare il relativo pagamento di euro 350,00 nel portale  
[www.portalefipav.net](http://www.portalefipav.net), come per gli aggiornamenti allenatori tramite carta di credito ;**

**3. inviare a [segreteria@fipavvicenza.it](mailto:segreteria@fipavvicenza.it) :**

**- copia del certificato medico di sana e robusta costituzione per attività non agonistica (va bene anche se per attività agonistica)**

**- una fototessera in formato jpeg**

## TEMA ISPIRATORE

---

La pianificazione dell'allenamento e la didattica delle dinamiche di gioco.

---

## OBIETTIVI DEL CORSO

---

- Capacità di costruire un **protocollo di lavoro** attraverso esercitazioni **selezionate nelle 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** dell'allenamento
      - **Stimolo allenante efficace**
      - Corretta **successione dei carichi**
      - Relazione tra **formazione generale e speciale**
- 

## PROGRAMMA DEL CORSO

---

- Il corso è strutturato in 31 lezioni da 2 ore per un totale di 62 ore di formazioni, da distribuire in un arco di tempo di almeno 3 mesi, più 4 ore di esame
- L'organizzazione del Corso è a cura del Comitato Territoriale di Vicenza
- La formula del corso è periodica e con due fasi residenziali
- La Struttura del corso prevede 31 lezioni così suddivise
  - 5 Teoria e Metodologia dell'allenamento, totale 10 ore;
  - 19 Didattica, Tecnica e Pratica, totale 38 ore
  - 1 Cenni di Preparazione Fisica per la pallavolo, totale 2 ore;
  - 2 Medicina Applicata allo Sport, totale 4 ore
  - 2 Scouting e Match Analysis, totale 4 ore;
  - 1 Regolamento e Tecniche Arbitrale, totale 2 ore;
  - 1 Sitting Volley, totale 2 ore;

**La frequenza alle lezioni è obbligatoria e sono consentite assenze per massimo 3 moduli di lezione (6 ore).**

**Saranno previste delle lezioni in modalità “on line” e delle lezioni “in presenza”, secondo calendario.**

**Agli iscritti saranno date le necessarie informazioni e istruzioni, relative al collegamento per le lezioni on line.**

**N.B.:**

**A quanti risultano già iscritti al corso senza aver effettuato il pagamento, si chiede di perfezionare e completare l'iscrizione, con il relativo pagamento, entro il termine del 5 maggio 2020.**

---

## ABILITAZIONE

---

I partecipanti al Corso Allenatore di 1° grado - 2° liv. 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- secondo livello giovanile" consentirà di svolgere l'attività tecnica secondo quanto previsto dalle indicazioni nazionali FIPAV, qui riportate:

- primo allenatore
  - in 1<sup>a</sup>, 2<sup>a</sup>, 3<sup>a</sup> divisione e
  - in campionati di categoria (**categorie giovanili**) in società che svolgono come massimo campionato la serie B
  -
- secondo allenatore
  - in 1<sup>a</sup>, 2<sup>a</sup>, 3<sup>a</sup> divisione – serie D, C, B2 femminile e
  - in tutti i campionato 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.

**IN ALLEGATO: [CALENDARIO PROVVISORIO DEL CORSO, AGGIORNATO AL 6 /4/ 2020](#)**

**Le lezioni "on line" saranno previste dalla seconda metà di maggio e fino a fine giugno, nelle date che saranno specificate e comunicate appena possibile.**

## CALENDARIO PROVVISORIO

DATA	ORE		LOCALITÀ	MODULO			DOCENTE
				MODULO	LEZIONE	ARGOMENTO	
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 1	Metod1	La seduta di allenamento tecnico-tattico	Ugo Soliman
				MOD. 2	Metod2	Esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico-tattico	Ugo Soliman
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 5	Metod5	La valutazione	Alberto Grotto
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 4	Metod4	La gestione del gruppo	Dalla Fina Mirco
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 25	Pr.Fis1	Protocolli per l'allenamento della forza	Rausa Tommaso
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 3	Metod3	La forza nella pallavolo	Rausa Tommaso
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 30 parte 1	Tec.Arb	Approfondimenti sul regolamento e sulla tecnica arbitrale	Lorenzin Ruggero
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 30 parte 2	Tec.Arb	Approfondimento del Analisi Referto	Lorenzin Ruggero
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 30 parte 3	Tec.Arb	Tavola rotonda regolamento arbrale	Lorenzin Ruggero
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 9	Did.Te4	Percorso didattico per l'impostaz. delle tecniche di muro	Greca Pillittu Dotto Angelo
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 10	Did.Te 5	Percorso didattico per l'impostaz. d. tecniche degli interventi difensivi	Greca Pillittu Dotto Angelo
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 12	Did.Sp2	Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante	Greca Pillittu Dotto Angelo
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 13	Did. Sp3	Contenuti dell'allenamento specifico del centrale	Greca Pillittu Dotto Angelo
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 17	Sis.AI2	Allenamento del sistema tattico per l'azione del cambio palla	Greca Pillittu Dotto Angelo
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 19	Sis.AI4	Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione	Greca Pillittu Dotto Angelo
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 20	Sis.AI5	Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco e contro muro	Greca Pillittu Dotto Angelo
da definire	20.30	22.30	piattaforma on-line	MOD. 15	Did.Sp5	Contenuti dell'allenamento specifico del libero	Alberto Grotto

## 1° FASE RESIDENZIALE

<b>SABATO 12/09/20</b>	9,00	11,00	<b>FASE RESIDENZIALE A TONEZZA DEL CIMONE Albergo/ristorante pizzeria EDELWEISS, contrà Sella, 50 Tonezza del Cimone - VI</b>	MOD. 6	Dit.Te1	Percorso didattico per l'impostaz. delle tecniche di alzata	Manuela Benelli
	11,00	13,00		MOD. 11	Did.Sp1	Contenuti dell'allenamento specifico dell'alzatore	Manuela Benelli
	14,30	16,30		MOD. 7	Dit.Te2	Percorso didattico per l'impostaz. delle tecniche di ricezione	
	16,30	18,00		MOD. 7	Dit.Te2	Percorso didattico per l'impostaz. delle tecniche di ricezione	
	18,00	19,30		MOD. 7	Dit.Te2	Percorso didattico per l'impostaz. delle tecniche di ricezione	
	21,00	22,30		MOD. 28 MOD. 29	Ril.St1 Ril.St2	-Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite. °Analisi e utilizzo d. scoutizzazione effettuata in pal.	Alberto Grotto
<b>DOMENICA 13/09/20</b>	9,00	11,00		MOD. 31	Sit.Vol1	Il sitting Volley	Angelo Dotto
	11,00	13,00		MOD. 27	Med.Sp2	Il Bendaggio funzionale	Cibin Luca
	14,30	16,30		MOD. 19	Sis.AI4	Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione	
	16,30	18,30		MOD. 20	Sis.AI5	Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco e contro muro	

## 2° FASE RESIDENZIALE

<b>SABATO</b> 19/09/20	9,00	11,00	<b>FASE RESIDENZIALE,</b> presso <b>Istituto Filippin,</b> <b>PADERNO DEL GRAPPA (TV),</b> <b>via S. Giacomo, 4</b>	MOD. 26 MOD. 27	Med. Sp1 Med.Sp2	-Fisiologia riferita al carico di lav. e agli adattamenti conseg.i °Prevenz. delle possibili patologie da sovracc.	
	11,00	13,00		MOD. 23	Sv.Gio1	La differenziazione metodologica tra gli es. di sintesi per l'allenam. del cambio palla e della ricostruzione	
	14,30	16,30		MOD. 8	Dit.Te3	L'attacco secondo i modelli esecutivi caratteristici dei vari ruoli	
	16,30	18,00		MOD. 18	Sis.AI3	Allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro	
	18,00	19,30		MOD. 21	Sis.AI6 palestra	L'allenamento dei sistemi di difesa e contrattacco	
	21,00	22,30		TAVOLA ROTONDA			
<b>DOMENICA</b> 20/09/20	9,00	11,00	MOD. 16	Sis.AI1	L'eserc. di battuta-ricezione e l'allenam. del sistema di ricezione		
	11,00	13,00	MOD. 14	Did.Sp4	Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto		
	14,30	16,30	MOD. 22	Sis.AI7	L'allenamento dei sistemi di copertura e contrattacco		
	16,30	18,30	MOD. 24	Sv.Gio2	L'allenamento tattico attraverso il gioco. (modello campion. regionali)		
	18.30	ESAME DI SBARRAMENTO PROVA SCRITTA					

il calendario è provvisorio e soggetto a modifiche.

## Informazioni utili:

### Legenda:

Metod	5 lezioni	Teoria e metodologia dell'allenamento
-------	-----------	---------------------------------------

Didattica, tecnica e pratica dell'allenamento (19 lezioni):

Did.Te	5 lezioni	La didattica delle tecniche
Did.Sp	5 lezioni	La didattica di specializzazione
Sis.Al	7 lezioni	I sistemi di allenamento
Sv.Gio	2 lezioni	Lo sviluppo del gioco

Pr.Fis	1 lezione	Cenni di preparazione fisica per la pallavolo
Med. Sp.	2 lezioni	Medicina applicata allo sport
Ril. St.	2 lezioni	Scouting e match analysis
Tec. Ar.	1 lezione	Regolamento e tecnica arbitrale
Sit.Vol	1 lezione	Il Sitting Volley

**TOT.: 31 LEZIONI**

(più n. 4 lezioni di approfondimento - mod. 7 e 30)

### Esami finali: (in data da definire, indicativamente a fine settembre)

**Prova pratica:** valutazione tecnico-pratica in itinere

**Prova scritta:** ultima lezione del corso (20-9-2020) - questionario

**Prova orale:** da svolgersi almeno 1 settimana dopo il questionario

### Valutazione prove

**40/100 valutazione tecnico-pratica**

- 20/100 capacità tecniche

- 20/100 capacità di conduzione

**25/100 Prova scritta con sbarramento**

**35/100 Prova orale**

**Punteggio finale: punteggio massimo 100/100, punteggio minimo 60/100**