



PROGRAMMA DEL CORSO PER **ALLENATORE DI SECONDO GRADO**
FIPAV 2015-2016

Si svolgerà nelle date e presso le sedi indicate (**suscettibili di eventuali variazioni per esigenze logistiche e organizzative**):

PROGRAMMA SECONDO GRADO

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
14/02/16 CP Fipav Firenze Via Pratese FIRENZE	(AULA)		
	9.00 10.30	Coordinatore Tecnico Regionale Docente Nazionale Alessandro Bruni	Accrediti, Presentazione del Corso, Presentazione dei partecipanti e TEST DI INGRESSO
	TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO (AULA)		
	10.30 12.30	Docente Esperto	MODULO 4 (METHOD4) • La comunicazione didattica nello sport.

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
14/02/16 CP Fipav Firenze Via Pratese FIRENZE	MODULO SPECIFICO – MATCH ANALYSIS (AULA)		
	14.00 16.00	Docente Esperto	MODULO 23 (26) • Match Analysis: rilevamento dei dati e programmazione degli allenamenti.
	16.00 18.00	Lorenzo Libro	MODULO 24 (27) • Utilizzo del video per lo studio della propria squadra e delle squadre avversarie.

MODULO SPECIFICO – VISIONE SEDUTE DI ALLENAMENTO (PALESTRA)			
DATA		DOCENTE	ARGOMENTO
	Da consegnare il 6 MARZO 2016		MODULO 22 (25) • Rilevamento dei dati durante una gara del Campionato Nazionale di Serie B2 Maschile o Femminile.
Da concordare singolarmente con il direttore del corso	Da consegnare ENTRO il 3 APRILE 2016	Squadra da concordare singolarmente con il direttore del corso	MODULO 21 B (22) • Seduta di allenamento di una squadra di Serie B2 femminile.
			MODULO 21 C (23) • Seduta di allenamento di una squadra di Serie B2 maschile.
			MODULO 21 D (24) • Seduta di allenamento di una squadra di Serie B2 maschile.
			MODULO 21 A (21) • Seduta di allenamento di una squadra di Serie B2 femminile.

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
28/02/16 Sede da definire	TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO (AULA)		
	8.30 10.30	Docente Nazionale Stefano Marchi	MODULO 1 (METHOD1) • Rapporto tra preparazione fisica e preparazione tecnico – tattica nel sistema di allenamento della pallavolo.
	10.30 12.30		MODULO 2 (METHOD2) • Le espressioni specifiche di forza nel modello di prestazione fisica della pallavolo.
	14.00 16.00		MODULO 3 (METHOD3) • Concetto di rapidità nel modello di prestazione della pallavolo. • Concetto di resistenza generale e specifica nel modello di prestazione della pallavolo.
	16.00 18.00		PREPARAZIONE FISICA (AULA e PALESTRA PESI) MODULO 18 (PR.FIS1) • La tecnica esecutiva dei principali esercizi con i sovraccarichi.

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
06/03/16 Sede da definire	MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO – TATTICA NELLA PALLAVOLO (AULA)		
	8.30 10.30	Docente Nazionale Barbara Biagi	MODULO 5 (MOD.PR1) • Tecnica nella fase cambio palla nella pallavolo femminile.
	10.30 12.30		MODULO 7 (MOD.PR3) • Tecnica della fase break point nella pallavolo femminile.
	12.30 13.30	Verifica intermedia	Test di verifica intermedia a quiz sui moduli 4, 23-24, 1-2-3-18.

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
20/03/16 Sede da definire	MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO-TATTICA (AULA)		
	8.30 10.30	Docente Nazionale Bastiani Gianluca	MODULO 6 (MOD.PR2) • Tecnica nella fase cambio palla nella pallavolo maschile.
	10.30 12.30		MODULO 8 (MOD.PR4) • Tecnica della fase break point nella pallavolo maschile.
	SISTEMI DI ALLENAMENTO - SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO (AULA)		
	14.00 18.30	Docente Nazionale Pietro Giacomo Buoncrisiani	MODULO 9 (SIS.AL1) • Teoria della fase cambio palla nella pallavolo femminile:
			MODULO 13 (SIS.AL5) • Teoria della fase break point nella pallavolo femminile.
			MODULO 17 (SV.GIO1) <u>Prima parte</u> • L'allenamento degli aspetti tattico – comportamentali attraverso il gioco.

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
23/03/16	SISTEMI DI ALLENAMENTO (PALESTRA)		
Palazzetto BACCAIANO Montespertoli FI	20.00 22.30	Docente Nazionale Pietro Giacomo Buoncrisiani	MODULO 10 (SIS.AL2) • L'allenamento del cambio palla nella pallavolo femminile.

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
30/03/16	SISTEMI DI ALLENAMENTO (PALESTRA)		
Palazzetto BACCAIANO Montespertoli FI	20.00 22.30	Docente Nazionale Pietro Giacomo Buoncrisiani	MODULO 14 (SIS.AL6) • L'allenamento del break point nella pallavolo femminile.

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
03/04/16 Sede da definire	SISTEMI DI ALLENAMENTO - SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO (AULA)		
	8.30 13.30	Docente Nazionale Stefano Marchi	MODULO 11 (SIS.AL3) • Teoria della fase cambio palla nella pallavolo maschile.
			MODULO 15 (SIS.AL7) • Teoria della fase break point nella pallavolo maschile.
			MODULO 17 (SV.GIO1) <u>Seconda parte</u> • L'allenamento degli aspetti tattico – comportamentali attraverso il gioco.

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
07/04/16	SISTEMI DI ALLENAMENTO (PALESTRA)		
Sede da definire	20.00 22.30	Docente Nazionale Stefano Marchi	MODULO 12 (SIS.AL4) • L'allenamento del cambio palla nella pallavolo maschile.

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
14/04/16	SISTEMI DI ALLENAMENTO (PALESTRA)		
Sede da definire	20.00 22.30	Docente Nazionale Stefano Marchi	MODULO 16 (SIS.AL8) • L'allenamento del break point nella pallavolo maschile.

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
17/04/16 Sede da definire	MODULO SPECIFICO – MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT (AULA)		
	8.30 10.30	Docente Esperto	MODULO 19 • Prevenzione degli infortuni e rieducazione funzionale dell’arto superiore e della colonna vertebrale.
	10.30 12.30		MODULO 20 • Prevenzione degli infortuni e rieducazione funzionale del ginocchio e della caviglia.
	ESAME DI ACCESSO ALLA FASE RESIDENZIALE (AULA)		
	12.30 14.00	Docenti Nazionali e commissione d’esame	L’esame di “Accesso alla Fase Residenziale”, si baserà sulla valutazione di un questionario a domande chiuse e aperte sugli argomenti dei moduli dal 5 al 17 e sul recupero degli eventuali debiti rilevati nel test di ingresso e nella verifica intermedia



**Comitato
Regionale Toscana**

**PROGRAMMA DEL CORSO PER ALLENATORE DI SECONDO GRADO
FIPAV 2015-2016**

Si svolgerà nelle date e presso le sedi indicate (**suscettibili di eventuali variazioni per esigenze logistiche e organizzative**):

PROGRAMMA SECONDO GRADO – FASE RESIDENZIALE

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
8 Maggio 2016 Sede da confermare	TECNICA E TATTICA DELLA PALLAVOLO		
	8.30 10.30	Docente Nazionale	• Battuta e Ricezione nella Pallavolo femminile di alto livello. • L’attacco per il cambio palla nella Pallavolo femminile di alto livello. (auditorium)
	10.30 12.30		• Muro/Difesa nella Pallavolo femminile di alto livello. • Il contrattacco nella pallavolo femminile di alto livello (auditorium)
	SESSIONI DI ALLENAMENTO GUIDATE (PALESTRA)		
	14.00	Docenti Nazionali e commissione d’esame	• Sessioni di allenamento guidate Gruppi (palestra)

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
15 Maggio 2016 Sede da confermare	TECNICA E TATTICA DELLA PALLAVOLO		
		Docente Nazionale	• Battuta e Ricezione nella Pallavolo maschile di alto livello. • L'attacco per il cambio palla nella Pallavolo maschile di alto livello. (auditorium)
			• Muro/Difesa nella Pallavolo maschile di alto livello. • Il contrattacco nella pallavolo maschile di alto livello (auditorium)
	ESAMI DI ABILITAZIONE		
		Docenti Nazionali e commissioni d'esame	Colloqui Finali



**PROGRAMMA DEL CORSO PER TERZO LIVELLO GIOVANILE
FIPAV 2014-2015**

Si svolgerà nelle date e presso le sedi indicate (**suscettibili di eventuali variazioni per esigenze logistiche e organizzative**):

PROGRAMMA INTEGRAZIONE TERZO LIVELLO GIOVANILE			
DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
11 Settembre 2016 Sede da definire	TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO (AULA e PALESTRA)		
	9.00	Docente Nazionale	MODULO 1 (METOD1)
	11.00		• La programmazione pluriennale nel settore giovanile.
	11.00		MODULO 2 (METOD2)
	13.00		• La lettura del livello di prospettiva del giovane.
	15.00		MODULO 3 (METOD3)
17.00		• IL TALENTO NELLA PALLAVOLO:	
17.00		MODULO 4 (METOD4)	
19.00		• Problematiche dell'inserimento dei giocatori giovani in prima squadra.	
DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
18 Settembre 2016 Sede da definire	PREPARAZIONE FISICA (AULA e PALESTRA)		
	9.00	Docente Nazionale	MODULO 11 (PR.FIS1)
	11.00		• Lo sviluppo della capacità di salto.
	11.00		MODULO 12 (PR.FIS2)
	13.00		• Il rapporto tra carico e recupero nella pallavolo giovanile di alto livello di qualificazione.
	DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE NELLA PALLAVOLO (AULA e PALESTRA)		
	15.00	Docente Nazionale	MODULO 9 (DID.SP5)
	17.00		• Il percorso di specializzazione per il ruolo di libero.
17.00	MODULO 6 (DID.SP2)		
19.00	• Il percorso di specializzazione per il ruolo di ricevitore attaccante.		
DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
25 Settembre 2016 Sede da definire	DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE NELLA PALLAVOLO (AULA e PALESTRA)		
	9.00	Docente Nazionale	MODULO 5 (DID.SP1)
	11.00		• Il percorso di specializzazione per il ruolo di alzatore.
	11.00		MODULO 7 (DID.SP3)
	13.00		• Il percorso di specializzazione per il ruolo di centrale.
	15.00		MODULO 8 (DID.SP4)
	17.00		• Il percorso di specializzazione per il ruolo di opposto.
	SISTEMI DI ALLENAMENTO (AULA e PALESTRA)		
17.00	Docente Nazionale	MODULO 10 (SIS.AL1)	
19.00		• Lo sviluppo dei principi tattici attraverso l'esercizio di sintesi.	
ESAME DI FINE CORSO (AULA PALESTRA)			
DATA	ORA	LUOGO	INDIRIZZO
9 Ottobre 2016 FIRENZE CR Toscana FIPAV	Dalle ore 9.00	Docenti Nazionali	L'esame verterà su: • Prova scritta, compilazione di un questionario a risposte chiuse. • Colloquio finale.