

**CORSO ALLENATORE DI SECONDO GRADO-TERZO LIVELLO GIOVANILE FIPAV**  
Stagione Agonistica 2018/19

Il corso si svolgerà nelle date indicate che potranno subire modifiche e variazioni di sede una volta definito il numero e l'elenco dei partecipanti

**FASE PERIODICA**

**TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO**

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
03/03/19 Firenze	8.30	Docente Nazionale	Modulo 1-(Metod1) • La programmazione pluriennale nel settore giovanile:
	10.30	Docente Nazionale	Modulo 2-(Metod2) • L'analisi del livello di prospettiva del giocatore giovane
	14.00	Docente Nazionale	Modulo 3-(Metod3) • Il talento nella pallavolo
	<b>MODULO SPECIFICO - MATCH ANALYSIS</b>		
	16.00	Docente Esperto	Modulo 32-(Ril.St4) • Rilevamento dei dati e utilizzo del video per lo studio della propria squadra e delle squadre avversarie.

**MODULO SPECIFICO - RILEVAMENTO SEDUTE DI ALLENAMENTO**

DATA e SEDE	ORA	LUOGO	ARGOMENTO
Da concordare		DA DEFINIRE	Modulo 29-(Ril.St1) - SQUADRA DI SERIE B2 FEMMINILE
Da concordare		DA DEFINIRE	Modulo 30-(Ril.St1) - SQUADRA DI SERIE B MASCHILE
<p>*RILEVAMENTO SEDUTE DI ALLENAMENTO di una squadra di serie B (Scouting). Nei moduli prestampati, l'Allenatore rileverà (tramite un breve colloquio con il Tecnico che svolgerà la seduta di allenamento):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'obiettivo delle esercitazioni che verranno proposte e la loro sequenzialità nella seduta.</li> <li>• Il contesto programmatico di ogni singolo contenuto della seduta di allenamento (come si colloca nella programmazione dello specifico periodo di lavoro).</li> <li>• La sequenza descrittiva delle esercitazioni principali proposte utilizzando anche gli appositi spazi e campi riprodotti nei moduli.</li> <li>• Criteri di utilizzazione e coinvolgimento dei giocatori nelle varie esercitazioni con identificazione del carico individuale di allenamento inteso sia come volume di lavoro (numero complessivo di interventi nell'esercizio) sia come intensità di lavoro (rapporto tra momenti di lavoro e momenti di pausa).</li> <li>• Ogni seduta di allenamento dovrà essere corredata da un commento relativo a:</li> <li>• Obiettivi degli eventuali interventi del tecnico sulla squadra nel corso della seduta.</li> <li>• Organizzazione della squadra e delle sequenze di lavoro individuali nello svolgimento delle esercitazioni rispetto al tipo di esercitazione proposta (esercitazione analitica, sintetica o globale).</li> <li>• Correzioni didattiche eventualmente effettuate dall'allenatore sui singoli giocatori e strategia specifica di intervento utilizzata.</li> <li>• Considerazioni (non giudizio) personali generali sull'allenamento rilevato.</li> </ul> <p>Gli elaborati costituiscono materiale di valutazione finale.</p>			

**MODULO SPECIFICO - MATCH ANALYSIS**

DATA e SEDE	ORA	LUOGO	ARGOMENTO
Da concordare		DA DEFINIRE	Modulo 31-(Ril.St1) - MATCH ANALYSIS di una gara di serie B - Rielaborazione dei dati raccolti
<p>** MATCH ANALYSIS di una gara di Serie B (Programmazione). Gli Allenatori, divisi in coppie, seguiranno, su modelli prestampati:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ciascun allenatore una fase del gioco (fase del cambio palla e fase del break point) dando una valutazione di quanto succede in campo attraverso un sistema semplice di valutazione (valutazione positiva, negativa e ininfluente) prestativa di squadra.</li> <li>• Ciascun allenatore i giocatori coinvolti nelle specifiche azioni, della fase di gioco attribuita, per una rilevazione prestativa individuale.</li> </ul> <p>Al termine della partita, gli Allenatori, nelle loro sedi, rielaboreranno i dati raccolti verificando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Efficienza / positività del giocatore nei vari fondamentali.</li> <li>• Efficienza / positività della squadra nelle varie rotazioni e nei vari sistemi tattici.</li> </ul> <p>Infine gli allenatori forniranno le loro considerazioni personali su quanto avvenuto ed elaborato sul campo e soprattutto sulle possibili conseguenze metodologiche e programmatiche che determinano le scelte nel sistema di allenamento (anche attraverso indicazioni sulle possibili esercitazioni da proporre negli allenamenti successivi alla partita analizzata).</p> <p>Gli elaborati costituiscono documentazione fondamentale per la valutazione finale.</p>			

<b>TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO</b>			
DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
10/03/19 Firenze	8.30	Docente Nazionale	Modulo 4-(Metod4)-Modulo monografico • Rapporto tra preparazione fisica e preparazione tecnico-tattica nel sistema di allenamento della pallavolo
	10.30	Docente Nazionale	Modulo 5-(Metod5)-Modulo monografico • La specializzazione nel sistema di allenamento giovanile
	<b>LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE</b>		
	12.30	Docente Nazionale	Modulo 6-(Did.Sp1) • Il percorso di specializzazione per il ruolo di alzatore
24/03/19 Firenze	8.30	Docente Nazionale	Modulo 7-(Did.Sp2) • Il percorso di specializzazione per il ruolo di ricevitore-attaccante
	10.30	Docente Nazionale	Modulo 10-(Did.Sp5) • Il percorso di specializzazione per il ruolo di libero
	14.00	Docente Nazionale	Modulo 8-(Did.Sp3) • Il percorso di specializzazione per il ruolo di centrale
	16.00	Docente Nazionale	Modulo 9-(Did.Sp4) • Il percorso di specializzazione per il ruolo di opposto

<b>MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO TATTICA NELLA PALLAVOLO</b>			
DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
31/03/19 Firenze	8.30	Docente Nazionale	Modulo 11-(Mod.Pr1) • Analisi tecnica della fase cambio palla nella pallavolo femminile
	10.30	Docente Nazionale	Modulo 15-(Sis.AI1) • Principi metodologici nell'allenamento del cambio palla per la pallavolo femminile
	14.00	Docente Nazionale	Modulo 12-(Mod.Pr2) • Analisi tecnica della fase cambio palla nella pallavolo maschile
	16.00	Docente Nazionale	Modulo 17-(Sis.AI3) • Principi metodologici nell'allenamento del cambio palla per la pallavolo maschile
14/04/19 Firenze	8.30	Docente Nazionale	Modulo 13-(Mod.Pr3) • Analisi tecnica della fase break point nella pallavolo femminile
	10.30	Docente Nazionale	Modulo 19-(Sis.AI5) • Principi metodologici nell'allenamento del break point per la pallavolo femminile
	14.00	Docente Nazionale	Modulo 14-(Mod.Pr4) • Analisi tecnica della fase break point nella pallavolo maschile
	16.00	Docente Nazionale	Modulo 21-(Sis.AI7) • Principi metodologici nell'allenamento del break point per la pallavolo maschile

<b>MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO TATTICA NELLA PALLAVOLO</b>			
DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
28/04/19 Firenze	8.30	Docente Nazionale	Modulo 18-(Sis.AI4) • La prassi nell'allenamento del cambio palla per la pallavolo maschile
	10.30	Docente Nazionale	Modulo 16-(Sis.AI2) • La prassi nell'allenamento del cambio palla per la pallavolo femminile
	14.00	Docente Nazionale	Modulo 20-(Sis.AI6) • La prassi nell'allenamento del break point per la pallavolo femminile
	16.00	Docente Nazionale	Modulo 22-(Sis.AI8) • La prassi nell'allenamento del break point per la pallavolo maschile

<b>SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO</b>			
12/05/19 Firenze	8.30	Docente Nazionale	Modulo 23-(Sv.Gio1) • L'allenamento degli aspetti tattico-comportamentali attraverso l'esercizio di sintesi e di gioco (contenuti riferiti ai modelli di prestazione dei campionati interregionali e di Serie B)
	<b>PREPARAZIONE FISICA</b>		
	10.30	Docente Nazionale	Modulo 24-(Pr.Fis1) • Le espressioni specifiche di forza nel modello di prestazione fisica della pallavolo
	14.00	Docente Nazionale	Modulo 25-(Pr.Fis2) • La tecnica esecutiva dei principali esercizi con i sovraccarichi
	16.00	Docente Nazionale	Modulo 26-(Pr.Fis3) • Lo sviluppo della capacità di salto

<b>MODULO SPECIFICO – MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT</b>			
DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
26/05/19 Firenze	8.30	Docente Esperto	Modulo 27-(Med.Sp1) • Prevenzione degli infortuni e rieducazione funzionale dell'arto superiore e della colonna vertebrale
	10.30	Docente Esperto	Modulo 28-(Med.Sp2) • Prevenzione degli infortuni e rieducazione funzionale del ginocchio e della caviglia
	13.00	Docenti e comm. d'esame	<b>ESAME DI SBARRAMENTO</b> • Prova scritta (compilazione di un questionario a risposte chiuse a cura del Direttore Didattico del Corso).

**FASE RESIDENZIALE (SEDE DA DEFINIRE)**

le date indicate che potranno subire modifiche e variazioni di sede una volta definito il numero e l'elenco dei partecipanti

DATA	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
<b>TECNICA E TATTICA DELLA PALLAVOLO</b>			
14/06/19	18.00	Docente Nazionale	Modulo 1 • Battuta e ricezione nella pallavolo femminile di alto livello
	21.30		Modulo 3 • L'attacco per il cambio palla nella pallavolo femminile di alto livello
15/06/19	08.00	Docente Nazionale	Modulo 5 • Muro/Difesa nella pallavolo femminile di alto livello
	10.00		Modulo 7 • Il contrattacco nella pallavolo femminile di alto livello
	14.00	Docente Nazionale	Modulo 2 • Battuta e ricezione nella pallavolo maschile di alto livello
	16.00		Modulo 4 • L'attacco per il cambio palla nella pallavolo maschile di alto livello
	18.00	Docente Nazionale	Modulo 6 • Muro/Difesa nella pallavolo maschile di alto livello
	21.30		Modulo 8 • Il contrattacco nella pallavolo maschile di alto livello

<b>SESSIONI DI ALLENAMENTO GUIDATE (PALESTRA)</b>			
16/06/19	08.00	Docenti e comm. d'esame	Modulo 1• Sessioni di allenamento guidate Gruppo A
	10.00		Modulo 2• Sessioni di allenamento guidate Gruppo B
	14.00	Docenti e comm. d'esame	Modulo 3• Sessioni di allenamento guidate Gruppo C
	16.00		Modulo 4• Sessioni di allenamento guidate Gruppo D

<b>ESAMI DI ABILITAZIONE</b>			
16/06/19	10.00	Docenti e commissioni d'esame	Colloqui Finali (a seguire la prova di conduzione di allenamento)