

Prot. 118/21 C.T.

Palermo, 16/08/2021

INDIZIONE CORSO PRIMO GRADO – SECONDO LIVELLO GIOVANILE

Il Centro di Qualificazione Territoriale, in collaborazione con il Comitato Territoriale FIPAV di Palermo, indicano ed organizzano il **CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO – SECONDO LIVELLO GIOVANILE 2021/2022**.

Il corso in oggetto sarà strutturato in 31 moduli da due ore, che si svolgeranno prevalentemente il sabato mattina (2 moduli tot. 4 ore), il Lunedì e Mercoledì (1 modulo tot. 2 ore) più 4 ore d'esame. La frequenza è obbligatoria

ISCRIZIONI

La **quota di iscrizione al Corso** sarà pari ad una somma pari a **Euro 350,00** comprenderà anche eventuali sussidi e materiali didattici prodotti in funzione del corso stesso. I partecipanti al Corso, devono presentare all'atto dell'iscrizione, un **certificato medico di idoneità sportiva non agonistica** nel quale sia specificata l'attività di Pallavolo.

Il Corso, per essere attivato, dovrà prevedere **un minimo di 10 iscritti**. Possono partecipare al Corso Primo Grado – 2° Livello Giovanile coloro che siano in possesso dell'allievo allenatore – 1° Livello Giovanile

Gli interessati dovranno far pervenire entro e non oltre **il giorno 30 del mese di Agosto 2021** copia del pagamento della quota di pre-iscrizione di € 50,00 da versare al Comitato Territoriale Fipav di Palermo in una delle seguenti modalità:

- Bonifico bancario - IBAN: IT40Q0760104600000015535909
- Conto corrente postale n.° 15535909

L'iscrizione al corso dovrà essere effettuata esclusivamente tramite portalefipav.net.

Per perfezionare l'iscrizione una volta attivato il corso, il/la candidato/a dovranno rispettare le seguenti date rateizzazione quota iscrizione:

- 1: € 50,00 al momento della pre-iscrizione
- 2: € 100,00 entro e non oltre Lunedì 20/09/2021
- 3: € 100,00 entro e non oltre Lunedì 11/10/2021
- 4: € 100,00 entro e non oltre Lunedì 15/11/2021

DIRETTORE DIDATTICO E DOCENZE

Il **Direttore Didattico del Corso** sarà il Prof. Savasta Giovanni.

Docenti prevalenti del Corso sarà il prof. Gennaro Giuseppe, in più sotto la sua responsabilità, potrà avvalersi di Docenti Federali, Docenti Specialisti ed Esperti esterni per alcuni moduli di lezione.

PIANO DI STUDI

TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

- Modulo 1-(Metod1)** Lunedì 13/09/2021 ore 18:00 – 20:00 in palestra
• La seduta di allenamento tecnico – tattico.
- Modulo 2-(Metod2)** Mercoledì 15/09/2021 ore 19:00 -21:00 in palestra
• L'esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico – Tattico.
- Modulo 3-(Metod3)** Sabato 18/09/2021 ore 9:00 – 11:00 online
• La forza nella pallavolo.
- Modulo 4-(Metod4)-Modulo monografico** Sabato 18/09/2021 11:00-13:00 online
• La gestione del gruppo.
- Modulo 5-(Metod5)-Modulo monografico** Lunedì 20/09/2021 ore 19:00-21:00 online
• La valutazione.

DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO

- Modulo 6-(Did.Te1)** Mercoledì 22/09/2021 ore 18:00 – 20:00 in palestra
• Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di alzata.
- Modulo 7-(Did.Te2)** Lunedì 27/09/2021 ore 18:00 – 20:00 in palestra
• Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di ricezione.
- Modulo 8-(Did.Te3)** Mercoledì 27/09/2021 ore 18:00 – 20:00 in palestra
• L'attacco secondo i modelli esecutivi caratteristici dei vari ruoli.
- Modulo 9-(Did.Te4)** Sabato 02/10/2021 ore 9:00 -11:00 online
• Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di muro.
- Modulo 10-(Did.Te5)** Sabato 02/10/2021 11:00-13:00 online
• Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche per gli interventi difensivi.

LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE

- Modulo 11-(Did.Sp1)** Lunedì 04/10/2021 ore 19:00 – 21:00 online
• Contenuti dell'allenamento specifico dell'alzatore.
- Modulo 12-(Did.Sp2)** Mercoledì 06/10/2021 ore 19:00 – 21:00 online
• Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante.
- Modulo 13-(Did.Sp3)** Lunedì 11/10/2021 ore 18:00 – 20:00 in palestra
• Contenuti dell'allenamento specifico del centrale.
- Modulo 14-(Did.Sp4)** Mercoledì 13/10/2021 ore 18:00-20:00 in palestra
• Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto.
- Modulo 15-(Did.Sp5)** Sabato 16/10/2021 ore 9:00-11:00 in palestra
• Contenuti dell'allenamento specifico del libero.

SISTEMI DI ALLENAMENTO

- Modulo 16-(Sis.A11)** Sabato 16/10/2021 ore 11:00-13:00 in palestra
• L'esercizio di battuta-ricezione e l'allenamento del sistema di ricezione.
- Modulo 17-(Sis.A12)** Lunedì 18/10/2021 ore 18:00 – 20:00 in palestra
• L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla.
- Modulo 18-(Sis.A13)** Mercoledì 20/10/2021 ore 18:00 -20:00 in palestra
• L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro.
- Modulo 19-(Sis.A14)** Sabato 23/10/2021 ore 9:00 – 11:00 in palestra
• Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione.
- Modulo 20-(Sis.A15)** Sabato 23/10/2021 ore 11:00 – 13:00 in palestra
• Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco e contro muro.

Modulo 21-(Sis.A16)

Lunedì 25/10/2021 ore 19:00 – 21:00 online

- L'allenamento dei sistemi di difesa e contrattacco.

Modulo 22-(Sis.A17)

Mercoledì 27/10/2021 ore 19:00 – 21:00 online

- L'allenamento dei sistemi di copertura e contrattacco.

SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO

Modulo 23-(Sv.Gio1)

Sabato 30/10/2021 ore 9:00 – 11:00 online

- La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del cambio palla e della ricostruzione.

Modulo 24-(Sv.Gio2)

Sabato 30/10/2021 ore 11:00-13:00 online

- L'allenamento tattico attraverso il gioco.

PREPARAZIONE FISICA

Modulo 25-(Pr.Fis1)

Mercoledì 3/11/2021 ore 19:00-21:00 online

- Protocolli per l'allenamento della forza.

MODULO SPECIFICO – MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT

Modulo 26-(Med.Sp1)

Sabato 06/11/2021 ore 9:00-11:00 online

- Fisiologia riferita al carico di lavoro e agli adattamenti conseguenti.

Modulo 27-(Med.Sp2)

Sabato 06/11/2021 ore 11:00 – 13:00 online

- Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico.

MODULO SPECIFICO – MATCH ANALYSIS

Modulo 28-(Ril.St1)

Lunedì 08/11/2021 ore 19:00-21:00 online

- Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite.

Modulo 29-(Ril.St2)

Mercoledì 10/11/2021 ore 19:00-21:00 online

- Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra

MODULO SPECIFICO – TECNICA ARBITRALE

Modulo 30-(Tec.Ar1)

Sabato 13/11/2021 ore 9:00-11:00 in palestra

- **Approfondimenti sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale:**

o La casistica di gioco

MODULO SPECIFICO – SITTING VOLLEY

Modulo 31-(Sit.Vo1)

Sabato 13/11/2021 ore 11:00-13:00 in palestra

- Il Sitting Volley

ABILITAZIONE

L'abilitazione di "Allenatore di Primo Grado – 2° Livello Giovanile" consente di svolgere l'attività tecnica di Primo Allenatore nei Campionati Prima, Seconda e Terza Divisione e nei Campionati di Categoria in società che svolgono come massimo campionato la Serie B, e di Secondo Allenatore nei Campionati di Serie B2 femminile, C, D, Prima, Seconda e Terza Divisione e in tutti i campionati 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.

Il Direttore Didattico
Prof. Giovanni Savasta