

Prot. 102/22 C.T.

Palermo, 10/12/2022

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 2022/2023**.

Il corso in oggetto sarà strutturato in 31 moduli da due ore, che si svolgeranno prevalentemente il sabato mattina (2 moduli tot. 4 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 19 del mese di Dicembre 2022** 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: IT60H 02008 43300 000300021605

L'iscrizione al corso dovrà essere effettuata esclusivamente tramite portalfipav.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 16/01/2023

3: € 100,00 entro e non oltre Lunedì 20/02/2023

4: € 100,00 entro e non oltre Lunedì 27/03/2023

DIRETTORE DIDATTICO E DOCENZE

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

Docenti prevalenti del Corso saranno Adornetto Marco, 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

FIPAV - Federazione Italiana Pallavolo
Comitato Territoriale Palermo

Via Camillo Camilliani, 158/A - 90145 Palermo
www.fipavpalermo.it - palermo@federvolley.it
Partita IVA 01382321006

TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

Modulo 1-(Metod1) Sabato 07/01/2023 ore 09:00 – 11:00 in palestra

- La seduta di allenamento tecnico – tattico.

Modulo 2-(Metod2) Sabato 07/01/2023 ore 11:00 – 13:00 in palestra

- L'esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico – Tattico.

Modulo 3-(Metod3) Sabato 14/01/2023 ore 9:00 – 11:00 in palestra

- La forza nella pallavolo.

Modulo 4-(Metod4)-Modulo monografico Sabato 14/01/2023 11:00-13:00 in palestra

- La gestione del gruppo.

Modulo 5-(Metod5)-Modulo monografico Sabato 21/01/2023 ore 9:00-11:00 in palestra

- La valutazione.

DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO

Modulo 6-(Did.Te1) Sabato 21/01/2023 ore 11:00 – 13:00 in palestra

- Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche dialzata.

Modulo 7-(Did.Te2) Sabato 28/01/2023 ore 9:00 – 11:00 in palestra

- Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di ricezione.

Modulo 8-(Did.Te3) Sabato 28/01/2023 ore 11:00 – 13:00 in palestra

- L'attacco secondo i modelli esecutivi caratteristici dei vari ruoli.

Modulo 9-(Did.Te4) Sabato 04/02/2023 ore 9:00 -11:00 in palestra

- Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di muro.

Modulo 10-(Did.Te5) Sabato 04/02/2023 ore 11:00-13:00 in palestra

- Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche per gli interventi difensivi.

LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE

Modulo 11-(Did.Sp1) Sabato 11/02/2023 ore 9:00 – 11:00 in palestra;

- Contenuti dell'allenamento specifico dell'alzatore.

Modulo 12-(Did.Sp2) Sabato 11/02/2023 ore 11:00 – 13:00 in palestra;

- Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante.

Modulo 13-(Did.Sp3) Sabato 18/02/2023 ore 09:00 – 11:00 in palestra

- Contenuti dell'allenamento specifico del centrale.

Modulo 14-(Did.Sp4) Sabato 18/02/2023 ore 11:00-13:00 in palestra

- Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto.

Modulo 15-(Did.Sp5) Sabato 25/02/2023 ore 9:00-11:00 in palestra

- Contenuti dell'allenamento specifico del libero.

SISTEMI DI ALLENAMENTO

Modulo 16-(Sis.A11) Sabato 25/02/2023 ore 11:00-13:00 in palestra

- L'esercizio di battuta-ricezione e l'allenamento del sistema di ricezione.

Modulo 17-(Sis.A12) Sabato 04/03/2023 ore 9:00 – 11:00 in palestra

- L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla.

Modulo 18-(Sis.A13) Sabato 04/03/2023 ore 11:00 -13:00 in palestra

- L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro.

Modulo 19-(Sis.A14) Sabato 11/03/2023 ore 9:00 – 11:00 in palestra

- Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione.

Modulo 20-(Sis.A15) Sabato 11/03/2023 ore 11:00 – 13:00 in palestra

- Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco e contro muro.

Modulo 21-(Sis.A16) Sabato 18/03/2023 ore 9:00 – 11:00 in palestra

- L'allenamento dei sistemi di difesa e contrattacco.

Modulo 22-(Sis.A17) **Sabato 18/03/2023 ore 11:00 – 13:00 in palestra**

- L'allenamento dei sistemi di copertura e contrattacco.

SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO

Modulo 23-(Sv.Gio1) **Sabato 25/03/2023 ore 9:00 – 11:00 in palestra**

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

Modulo 24-(Sv.Gio2) **Sabato 25/03/2023 ore 11:00-13:00 in palestra**

- L'allenamento tattico attraverso il gioco.

PREPARAZIONE FISICA

Modulo 25-(Pr.Fis1) **Sabato 01/04/2023 ore 09:00-11:00**

- Protocolli per l'allenamento della forza.

MODULO SPECIFICO – MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT

Modulo 26-(Med.Sp1) **Sabato 01/04/2023 ore 9:00-11:00 in palestra**

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

Modulo 27-(Med.Sp2) **Sabato 15/04/2023 ore 9:00 – 11:00 in palestra**

- Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico.

MODULO SPECIFICO – MATCH ANALYSIS

Modulo 28-(Ril.St1) **Sabato 15/04/2023 ore 11:00-13:00 in palestra**

- Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite.

Modulo 29-(Ril.St2) **Sabato 22/04/2023 ore 9:00-11:00 in palestra**

- Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra

MODULO SPECIFICO – TECNICA ARBITRALE

Modulo 30-(Tec.Ar1) **Sabato 22/04/2023 ore 11:00-13:00 in palestra**

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

o La casistica di gioco

MODULO SPECIFICO – SITTING VOLLEY

Modulo 31-(Sit.Vo1) **Sabato 29/04/2023 ore 9:00-11:00 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