

# LA GUIDA per la formazione dei quadri tecnici

AREA SVILUPPO E FORMAZIONE - SETTORE TECNICO ALLENATORI





# **- LA GUIDA - per la formazione dei quadri tecnici**

**PIANI DI STUDIO  
PER LA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI  
2018-2020**

**GUIDA ORGANIZZATIVA  
AI CORSI PER LA FORMAZIONE  
DEI QUADRI TECNICI  
2018-2020**

# INDICE



## **PIANI DI STUDIO PER LA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI**

|                                                                         |                  |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Obiettivi Formativi Strategici</b>                                   | <b>Pagina 7</b>  |
| <b>Filosofia del Percorso</b>                                           | <b>Pagina 7</b>  |
| <b>Ambiti di Competenza dell'Allenatore</b>                             | <b>Pagina 8</b>  |
| <b>Struttura dei programmi</b>                                          | <b>Pagina 10</b> |
| <b>I programmi dei corsi allenatori</b>                                 | <b>Pagina 11</b> |
| <b>Qualifiche e abilitazioni</b>                                        | <b>Pagina 12</b> |
| <b>Corso Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile</b>                  | <b>Pagina 13</b> |
| <b>Corso Allenatore Primo Grado – 2° Livello Giovanile</b>              | <b>Pagina 21</b> |
| <b>Corso Allenatore Secondo Grado – 3° Livello Giovanile</b>            | <b>Pagina 31</b> |
| <b>Posizioni Transitorie: programma – validi fino al 30 Giugno 2020</b> | <b>Pagina 43</b> |

## **GUIDA ORGANIZZATIVA AI CORSI PER LA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI**

|                                                              |                  |
|--------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Corso Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile</b>       | <b>Pagina 49</b> |
| <b>Corso Allenatore Primo Grado – 2° Livello Giovanile</b>   | <b>Pagina 53</b> |
| <b>Corso Allenatore Secondo Grado – 3° Livello Giovanile</b> | <b>Pagina 55</b> |
| <b>Corso Nazionale Allenatori Terzo Grado</b>                | <b>Pagina 58</b> |
| <b>Master Specialistici</b>                                  | <b>Pagina 58</b> |
| <b>Corso Nazionale per Esperti in Preparazione Fisica</b>    | <b>Pagina 58</b> |
| <b>Aggiornamenti Allenatori</b>                              | <b>Pagina 58</b> |
| <b>Posizioni Transitorie</b>                                 | <b>Pagina 61</b> |
| <b>Tecnici Operanti all'Estero</b>                           | <b>Pagina 62</b> |
| <b>Primo Tesseramento Tecnici</b>                            | <b>Pagina 63</b> |
| <b>Riconoscimento per Titolo Accademico</b>                  | <b>Pagina 64</b> |
| <b>Riconoscimento per Meriti Sportivi</b>                    | <b>Pagina 65</b> |

## **FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI: GUIDA ALLA VALUTAZIONE**

|                                                              |                  |
|--------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Corso Allievo Allenatore - 1° Livello Giovanile</b>       | <b>Pagina 67</b> |
| <b>Corso Allenatori Primo Grado – 2° Livello Giovanile</b>   | <b>Pagina 69</b> |
| <b>Corso Allenatore Secondo Grado – 3° Livello Giovanile</b> | <b>Pagina 71</b> |
| <b>Corso Allenatore Terzo Grado</b>                          | <b>Pagina 73</b> |

**PIANI DI STUDIO  
PER LA FORMAZIONE  
DEI QUADRI TECNICI**

2018-2020

## OBIETTIVI FORMATIVI STRATEGICI

- Far conoscere e apprendere le metodiche di sviluppo delle capacità e delle abilità motorie, tecniche e tattiche
- Far conoscere e apprendere la tecnica esecutiva dei fondamentali
- Far apprendere le metodologie per l'insegnamento della tecnica e della tattica
- Far apprendere le modalità per strutturare ed organizzare il processo di allenamento
- Far apprendere gli elementi fondamentali ed i comportamenti necessari per la gestione e la conduzione di un gruppo
- Far apprendere le metodologie per l'incremento e per il potenziamento delle capacità fisiche rispetto alle richieste ed alle esigenze tecnico/tattiche
- Far apprendere le regole di gioco e di tecnica arbitrale
- Far conoscere i concetti fondamentali relativi al primo soccorso, alla prevenzione e recupero degli infortuni
- Fornire gli elementi chiave per la gestione bioeticamente corretta del processo di allenamento e per influenzare positivamente tutto il sistema che ruota intorno all'allenamento (famiglia, scuola, dirigenti, sponsor, mass media, ecc.)
- Sviluppare progressivamente il livello di autonomia dell'allenatore di pallavolo:
  - Presupposti del concetto di autonomia metodologica dell'allenatore:
    - ◇ Iniziale visione d'insieme del fenomeno definito "processo di allenamento"
    - ◇ Visione critica di strategie metodologiche che scaturisca dal confronto con altri allenatori dalla diversa esperienza
    - ◇ Identificazione di procedure efficaci di conduzione ed articolazione dell'allenamento

In ogni Grado, il Programma prevede che siano inseriti elementi di tutti gli obiettivi. I livelli di conoscenza prefissati devono essere progressivi ed adeguati al livello nel quale ogni Allenatore sarà chiamato concretamente ad operare.

I Corsi devono, perciò, essere strutturati prevedendo un iter didattico progressivo rispetto all'insegnamento della tecnica e della tattica della Pallavolo.

In ogni Grado, è assolutamente indispensabile inserire interventi (relazioni, seminari, ecc.) atti a far conoscere ed a far realmente recepire il significato profondo delle dinamiche relazionali e delle tecniche di gestione dei gruppi.

## FILOSOFIA DEL PERCORSO

- Dal protocollo di allenamento predefinito, applicato secondo la logica dettata dall'obiettivo ...
- ... al protocollo di allenamento costruito in modo autonomo, in relazione all'obiettivo concreto e contingente, utilizzando esercitazioni predefinite ...
- ... al protocollo di allenamento creato e sperimentato, adattato alle situazioni contingenti e individualizzato per ogni singolo giocatore, infine utilizzato anche per la rielaborazione delle esperienze fatte

## AMBITI DI COMPETENZA DELL'ALLENATORE

- Programmazione ed organizzazione del lavoro tecnico-tattico in palestra
- Programmazione ed organizzazione del lavoro di preparazione fisica:
  - Verifica-controllo del lavoro svolto dal preparatore
- Lettura dei modelli di prestazione:
  - Modelli di prestazione tecnici (modelli esecutivi)
  - Modelli di prestazione tattici (modelli tecnici applicati alla dinamica del gioco)
  - Modelli di gioco (sistemi di gioco)
  - Modelli di prestazione fisici (tipi di movimento, dinamiche espressive della tensione muscolare, caratteristiche individuali del salto, ...)
- Programmazione pluriennale della formazione e dello sviluppo in prospettiva dell'atleta (perciò non riferiti ai livelli del momento), anche attraverso i contenuti specifici dei moduli di insegnamento riferiti alla formazione mirata di esperti per il settore giovanile
- In sintesi:
  - Programmazione
  - Sviluppo tecnico
  - Sviluppo tattico
  - Preparazione fisica



**PROGRAMMAZIONE**

- ALLIEVO ALLENATORE – 1° LIVELLO GIOVANILE:
  - Gestione di un eserciziaro e di protocolli predefiniti:
    - ◇ Loro applicazione logica
- 1° GRADO – 2° LIVELLO GIOVANILE:
  - Gestione di un eserciziaro per l'organizzazione di un protocollo:
    - ◇ Programmazione per unità didattiche
- 2° GRADO – 3° LIVELLO GIOVANILE:
  - Creazione di esercizi e loro organizzazione nel protocollo di allenamento e nelle unità didattiche

**SVILUPPO TECNICO**

- ALLIEVO ALLENATORE – 1° LIVELLO GIOVANILE:
  - La tecnica di gioco analizzata e compresa su modelli di riferimento di alto livello: Selezione dei modelli di riferimento
  - Selezione degli aspetti della tecnica che sono riferimento per la didattica rispetto agli aspetti che non rappresentano un ottimale riferimento esecutivo
- 1° GRADO – 2° LIVELLO GIOVANILE:
  - La tecnica analizzata, compresa e corretta attraverso protocolli di intervento adeguati e strategie applicate alla prassi dell'allenamento
- 2° GRADO – 3° LIVELLO GIOVANILE:
  - La stabilizzazione delle tecniche attraverso il lavoro cosiddetto di sintesi e di 6 contro 6:
    - ◇ I cosiddetti richiami nell'allenamento tecnico

**SVILUPPO TATTICO**

- ALLIEVO ALLENATORE – 1° LIVELLO GIOVANILE:
  - Principi tattici di base:
    - ◇ Attacco su tutta la rete
    - ◇ Concetti di finta e di anticipo
- 1° GRADO – 2° LIVELLO GIOVANILE:
  - Sviluppo dei principi tattici individuali e di squadra attraverso l'evoluzione della tecnica
- 2° GRADO – 3° LIVELLO GIOVANILE:
  - La tattica contro la squadra avversaria

**PREPARAZIONE FISICA**

- ALLIEVO ALLENATORE – 1° LIVELLO GIOVANILE:
  - Creazione dei presupposti
  - Stabilizzazione statica dell'asse corporeo
  - Costruzione dell'accosciata completa
  - Gradi di libertà articolari della spalla e stabilizzazione
- 1° GRADO – 2° LIVELLO GIOVANILE:
  - Sviluppo della capacità di massima espressione della forza:
    - ◇ La prevenzione, impegno e dovere di chi allena
- 2° GRADO – 3° LIVELLO GIOVANILE:
  - Sviluppo della forza cosiddetta specifica



## STRUTTURA DEI PROGRAMMI

*I programmi dei corsi sono organizzati in moduli didattici.*

*I moduli didattici sono raggruppati in 8 grandi argomenti:*

- **LA METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO (METOD):**
  - Racchiude tutti gli aspetti metodologici necessari all'allenatore di pallavolo nei diversi ambiti di competenza
- **LA PREPARAZIONE MOTORIA DI BASE (PR.MOT):**
  - Definisce i principi di base del movimento e del movimento finalizzato alla pratica sportiva
- **LA DIDATTICA DELLE TECNICHE (DID.TE):**
  - Identifica i percorsi didattici ottimali nell'insegnamento delle tecniche di base
  - La didattica delle tecniche, nel PRIMO LIVELLO DI FORMAZIONE, consiste nell'applicazione critica di protocolli predefiniti che ogni docente dovrà predisporre a uso dei corsisti nelle rispettive attività di tirocinio o allenamento
  - La didattica delle tecniche, nel SECONDO LIVELLO DI FORMAZIONE, consiste nello studio delle tecniche in relazione all'utilizzo specifico che ne fa ogni singolo ruolo nel gioco. In pratica, attraverso procedimenti didattici, l'esecuzione tecnica di base diventa specifica della situazione di gioco, perciò presupposto della maestria esecutiva, assolutamente necessaria a qualificare le abilità tecniche di ogni ruolo
- **LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE (DID.SP):**
  - Identifica i percorsi didattici ottimali individualizzati sulla base delle attitudini del singolo giocatore e legate alle esigenze caratteristiche dei processi di specializzazione nei vari ruoli
  - La didattica di specializzazione, nel PRIMO LIVELLO DI FORMAZIONE, consiste nel tracciare in modo sintetico gli elementi che consentono l'allenamento del centrale differenziato dagli altri ruoli
  - La didattica di specializzazione, nel SECONDO LIVELLO DI FORMAZIONE, consiste nella gestione dei programmi di allenamento specifico dei vari ruoli – L'analisi di come il giocatore di alto livello utilizza le tecniche e di come il gioco le modifica, rispetto alle esecuzioni di base, è il presupposto per una didattica che scaturisce dal gioco
  - La didattica di specializzazione, nel TERZO LIVELLO DI FORMAZIONE, consiste nell'approfondimento dei processi di specializzazione e nella concezione dell'allenamento differenziato per i vari ruoli e per i eventuali giocatori in possesso dei principali indicatori motori del talento
- **LO STUDIO DEI MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO TATTICA (MOD.PR):**
  - Identifica i criteri applicativi delle tecniche al gioco e le regole di organizzazione di un sistema di gioco nella competizione riferita a diversi livelli di qualificazione
- **I SISTEMI DI ALLENAMENTO (SIS.AL):**
  - Identifica le procedure di allenamento attinenti alle diverse situazioni di gioco codificabili
- **LO SVILUPPO DEL GIOCO (SV.GIO):**
  - Identifica le procedure di allenamento che sviluppano in modo diretto la capacità di gioco
- **LA PREPARAZIONE FISICA SPECIFICA (PR.FIS):**
  - Identifica una serie di aspetti che l'allenatore deve conoscere nella possibilità di attuare le proprie competenze con maggiore efficacia possibile e senza arrecare danno alla crescita ed alla salute psicofisica della persona

# I PROGRAMMI DEI CORSI ALLENATORI:

## L'ITER COMPLESSIVO DI FORMAZIONE

L'Iter Formativo dei Quadri Allenatori della Federazione Italiana Pallavolo si articola su:

- 4 livelli di abilitazione che includono gli ambiti di competenza “giovanile”.
- Corsi di aggiornamento annuali
- Corsi di formazione per figure specifiche: Preparatore Fisico, Scoutman e Videoman, ecc.
- Master specialistici monotematici o pluritematici di carattere NAZIONALE.

Il Settore Tecnico FIPAV provvede:

- A redigere annualmente le Guide per la Formazione dei Quadri Tecnici
- Alla formazione ed all'aggiornamento dei Docenti Federali
- Alla diffusione di nuovi ed aggiornati materiali come supporto didattico

Tutti i Corsi programmati ed organizzati dai Comitati Regionali e Territoriali, sotto la supervisione del Settore Tecnico FIPAV, devono essere ratificati dal Settore Tecnico FIPAV.



Complessivamente, l'Iter di Formazione di un allenatore ha una durata minima di cinque anni come risulta dalla seguente tabella.

## QUALIFICHE E ABILITAZIONI

|                                                                                                                            | CORSO ABILITANTE                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Anno       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---|---|---|---|---|---|
| <b>Allievo Allenatore</b><br><br><i>1° Livello Giovanile</i>                                                               | Abilitazione:<br><u>PRIMO ALLENATORE</u><br>2^ - 3^ Divisione<br>Campionati di categoria in società che svolgono come massimo campionato la Serie D<br><u>SECONDO ALLENATORE</u><br>1^ - 2^ - 3^ Divisione<br>Campionati di categoria in società che svolgono come massimo campionato la Serie B        | Permanente | X |   |   |   |   |   |
| 4 Aggiornamenti annuali (di cui 2 giovanili) fino al conseguimento del 1° Grado                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |            |   |   |   |   |   |   |
| <b>Allenatore Primo Grado</b><br><br><i>2° Livello Giovanile</i>                                                           | Abilitazione:<br><u>PRIMO ALLENATORE</u><br>1^ - 2^ - 3^ Divisione<br>Campionati di categoria in società che svolgono come massimo campionato la Serie B<br><u>SECONDO ALLENATORE</u><br>1^ - 2^ - 3^ Divisione – Serie D, C, B2 femminile<br>Tutti i campionati di categoria                           | Permanente |   | X |   |   |   |   |
| 2 Aggiornamenti annuali fino al conseguimento del 2° Grado                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |            |   |   |   |   |   |   |
| <b>Allenatore Secondo Grado</b><br><br><i>3° Livello Giovanile</i>                                                         | Abilitazione:<br><u>PRIMO ALLENATORE</u><br>1^ - 2^ - 3^ Divisione, Serie D, C, B2 femminile<br>Tutti i campionati di categoria<br><u>SECONDO ALLENATORE</u><br>1^ - 2^ - 3^ Divisione, Serie D, C, B2 e B1 femminile, B maschile, A2 e A1<br>Tutti i campionati di categoria                           | Permanente |   |   | X |   |   |   |
| 2 Aggiornamenti regionali (o altro in base al campionato svolto) per una stagione e poi fino al conseguimento del 3° Grado |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |            |   |   |   | X |   |   |
| <b>Allenatore Terzo Grado</b>                                                                                              | Abilitazione:<br><u>PRIMO ALLENATORE</u><br>1^ - 2^ - 3^ Divisione, Serie D, C, B2 e B1 femminile, B maschile, A2 e A1<br>Tutti i campionati di categoria<br><u>SECONDO ALLENATORE</u><br>1^ - 2^ - 3^ Divisione, Serie D, C, B2 e B1 femminile, B maschile, A2 e A1<br>Tutti i campionati di categoria | Permanente |   |   |   |   | X |   |
| 2 Aggiornamenti regionali/nazionali in base al campionato svolto                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |            |   |   |   |   |   | X |

# CORSO ALLIEVO ALLENATORE

## 1° LIVELLO GIOVANILE

### TEMA ISPIRATORE

- Il **processo di allenamento** e la **didattica delle tecniche di base**

### OBIETTIVI DEL CORSO

- Capacità di **applicare protocolli** di lavoro precostituiti in funzione di **obiettivi selezionati** sulla base dei **modelli di prestazione** di livello territoriale e regionale
  - La lettura e l'interpretazione del gioco della squadra per la formulazione di obiettivi adeguati
  - Collegamento metodologico tra obiettivi e contenuti del protocollo
- Capacità di attuare **protocolli di lavoro fisico** con **finalità preventiva** per un adeguato sviluppo della **motricità** di base
  - Concetti generali di **motricità** e principi metodologici per lo sviluppo dei **presupposti dell'educazione fisica sportiva**
- Principi teorici dell'allenamento: **progressività-continuità-variabilità**

## PROGRAMMA DEL CORSO

### TIPO DEL CORSO

- Il Corso è strutturato su 23 lezioni da 2 ore per un totale di 46 ore di formazione, più 6 ore di esame
- L'organizzazione del Corso è a cura del Comitato Territoriale di appartenenza
- La formula del corso può essere periodica o residenziale (quest'ultima formula dovrà comunque mantenere inalterato il numero di ore di lezione e il costo del corso)

### STRUTTURA DEL CORSO

- La struttura del Corso prevede 23 lezioni così suddivise:
 

|      |                                               |                |
|------|-----------------------------------------------|----------------|
| ○ 4  | Teoria e Metodologia dell'Allenamento         | Totale ore: 8  |
| ○ 2  | Elementi di motricità                         | Totale ore: 4  |
| ○ 14 | Didattica, Tecnica e Pratica dell'Allenamento | Totale ore: 28 |
| ○ 1  | Medicina applicata allo Sport                 | Totale ore: 2  |
| ○ 1  | Regolamento e Tecnica Arbitrale               | Totale ore: 2  |
| ○ 1  | Sitting Volley                                | Totale ore: 2  |

Possono partecipare al Corso Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile coloro che abbiano già compiuto il 18° anno di età.

La frequenza alle lezioni è obbligatoria: in caso di assenza i partecipanti, al fine di ottenere la regolare ammissione alla prova di esame, saranno invitati a recuperare le lezioni nell'ambito dei Corsi attivati presso altri Comitati Territoriali.

Sono comunque consentite assenze per 3 moduli di lezione (6 ore).

## PIANO DI STUDI

### TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

#### Modulo 1-(Metod1)

##### TITOLO

- La classificazione metodologica e strutturale della pallavolo tra le varie discipline sportive:

##### CONTENUTI

- Concetto di “sport di situazione”
- Concetto di “gioco sportivo”
- Concetto di “sport di squadra”
- Cenni di teoria applicata dell'allenamento sportivo:
  - ◇ I **principi teorici** che orientano l'operato dell'allenatore
  - ◇ I **principi teorici dell'allenamento** nel contesto giovanile
  - ◇ L'identificazione dei **contenuti del processo di allenamento**

#### Modulo 2-(Metod2)

##### TITOLO

- Lo sviluppo delle capacità fisiche nella prassi dell'allenamento per la pallavolo:

##### CONTENUTI

- Cenni sulle tappe di sviluppo della **motricità nell'accrescimento**
- Incidenza della crescita sulle capacità di **apprendimento motorio**
- Le **capacità organico-muscolari e coordinative**: la prassi del loro sviluppo nella maturazione del giovane
- Il concetto di “abilità motoria”

#### Modulo 3-(Metod3)

##### TITOLO

- I principi metodologici nell'organizzazione del settore giovanile:

##### CONTENUTI

- **Pianificazione** dell'attività
- **Iniziative promozionali** e di reclutamento
- Il **profilo motivazionale del giovane** verso la pratica sportiva
- Ruolo dell'allenatore, educatore e anche dell'ambiente sociale
- I principi della programmazione tecnica nella fase di sviluppo della persona:
  - ◇ Fascia 13/14 anni: la **didattica del movimento** e il **controllo della palla**
  - ◇ Fascia 15/16 anni: l'identificazione del **ruolo** e l'approccio alla **didattica in situazione** specifica
  - ◇ Fascia 17/18 anni: l'**allenamento specialistico** per lo sviluppo del ruolo e l'allenamento delle dinamiche del gioco



**Modulo 4-(Metod4)**TITOLO

- **Il sistema di gioco come mezzo formativo:**

CONTENUTI

- Il programma di **sviluppo tecnico individuale** e il **modulo di gioco** che ne valorizza e sviluppa le caratteristiche
- La selezione dei fondamentali di riferimento per l'organizzazione dei **sistemi tattici**:
  - ◇ Sistema di ricezione-attacco
  - ◇ Servizio e sistema di muro-difesa
  - ◇ Sistema di difesa e ricostruzione

**PREPARAZIONE MOTORIA****Modulo 5-(Pr.Mot1)**TITOLO

- **I presupposti motori che qualificano le tecniche pallavolistiche:**

CONTENUTI

- L'**accelerazione** e la **decelerazione**
- La **lateralizzazione**
- La **traiettoria della palla**
- Lettura, interpretazione ed anticipazione della **situazione** (la palla, la gestualità dei compagni e la gestualità degli avversari)
- **L'errore nel processo di apprendimento motorio**:
  - La **gestione** dell'errore
  - La **prevenzione** nei confronti dell'errore
  - Il **riconoscimento delle determinanti** dell'errore
  - La **correzione** dell'errore

**Modulo 6-(Pr.Mot2)**TITOLO

- **Gli obiettivi per un corretto approccio alla preparazione fisica:**

CONTENUTI

- L'identificazione dei **contenuti** in rapporto alle fasi sensibili dell'apprendimento motorio
- La stabilizzazione dell'**asse corporeo** e delle **articolazioni prossimali**
- Lo sviluppo di **forza relativa** attraverso il carico naturale e la difficoltà del compito motorio:
  - ◇ Il **controllo propriocettivo** del disequilibrio
  - ◇ La costruzione dell'**ampiezza fisiologica del movimento** delle articolazioni prossimali
  - ◇ **L'accoppiamento eccentrico-concentrico** e la sua coordinazione e velocizzazione

## DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO

### Modulo 7-(Did.Te1)

#### TITOLO

- **La didattica del palleggio:**

#### CONTENUTI

- L'utilizzo della tecnica del **palleggio nella pallavolo di base:**
  - ◇ Il palleggio per l'appoggio di ricostruzione
  - ◇ Il palleggio per la ricezione del servizio
  - ◇ Il palleggio per l'alzata
- Identificazione delle **attitudini per il ruolo di alzatore:**
  - ◇ Traiettoria della palla ed asse corporeo
  - ◇ L'alzata avanti e dietro
  - ◇ Le attitudini alla gestione dell'alzata
  - ◇ L'allenamento differenziato dell'alzatore

### Modulo 8-(Did.Te2)

#### TITOLO

- **La didattica del bagher:**

#### CONTENUTI

- Utilizzo della tecnica del **bagher nella pallavolo di base:**
  - ◇ Il bagher nell'appoggio per la ricostruzione
  - ◇ Il bagher per l'alzata
  - ◇ Il bagher per la ricezione del servizio
- Identificazione delle **attitudini per il ruolo di ricevitore:**
  - ◇ Traiettoria della palla ed asse corporeo
  - ◇ Orientamento del piano di rimbalzo
  - ◇ Le attitudini alla competenza di ricezione
  - ◇ L'allenamento differenziato del ricevitore

### Modulo 9-(Did.Te3)

#### TITOLO

- **La didattica della schiacciata:**

#### CONTENUTI

- L'impostazione della **sequenza motoria:**
  - ◇ L'accelerazione allo stacco
- La schiacciata tramite un **alzata di 2° tempo:**
  - ◇ Da posto 4 e da posto 2
  - ◇ **L'azione degli arti superiori** dallo stacco al **colpo sulla palla**
- La schiacciata della cosiddetta **palla alta:**
  - ◇ Da posto 4 e da posto 2
  - ◇ **Il tempo di inizio rincorsa e lo stacco**
- L'esercizio di **attacco contro muro** (1 vs 1):
  - ◇ La **differenziazione dei colpi**



## Modulo 10-(Did.Te4)

### TITOLO

- **La differenziazione delle tecniche di attacco:**

### CONTENUTI

- Le **caratteristiche strutturali e motorie individuali** per l'impostazione dell'attacco:
  - ◇ Attaccante **abile**
  - ◇ Attaccante **potente**
- La **gestione del tempo di colpo**
- Il **controllo della manualità**

## Modulo 11-(Did.Te5)

### TITOLO

- **La didattica del servizio ed il suo sviluppo:**

### CONTENUTI

- Il **servizio dall'alto**:
  - ◇ L'**impatto flottante** (direzione del colpo)
- Il **servizio in salto**:
  - ◇ La tecnica cosiddetta **jump-float**
  - ◇ La tecnica cosiddetta **jump-spin**



## Modulo 12-(Did.Te6)

### TITOLO

- **La didattica del muro nelle zone di competenza dei vari ruoli:**

### CONTENUTI

- Tecniche didattiche per gli **spostamenti**
- Il **piano di rimbalzo**
- I **punti di riferimento**
- **Tecniche specialistiche** per i vari punti rete

## Modulo 13-(Did.Te7)

### TITOLO

- **Adattamenti della tecnica del bagher per gli interventi difensivi:**

### CONTENUTI

- Controllo della **palla nella figura**
- Controllo della **palla fuori figura**
- **Interventi in caduta**
- Interventi in **uscita reattiva** dalla postura

## LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE

### Modulo 14-(Did.Sp1)

#### TITOLO

- **La scelta e l'impostazione tecnica dei vari ruoli per un funzionale sistema di gioco:**

#### CONTENUTI

- L'alzatore:
  - ◇ Elementi della didattica di base per l'impostazione del **palleggio**
- Il ricevitore:
  - ◇ Elementi della didattica di base per l'impostazione del **bagher** e delle **tecniche di ricezione**
  - ◇ Elementi della didattica di base per l'impostazione della **tecnica della schiacciata**
- Il centrale:
  - ◇ Elementi esecutivi che differenziano l'**attacco** di primo tempo:
    - Il concetto di **anticipo**
  - ◇ Elementi esecutivi che caratterizzano le **tecniche di muro** del centrale
- Il libero: ruolo che si qualifica nello **sviluppo delle competenze di ricezione e difesa**
- L'opposto: ruolo che si qualifica nelle **competenze di attacco dalla seconda linea**
- Le **competenze complementari** dei vari ruoli:
  - ◇ L'**alzata** di contrattacco
  - ◇ La **difesa**

## MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO TATTICA NELLA PALLAVOLO

### Modulo 15-(Mod.Pr1)

#### TITOLO

- **Identificazione dei criteri di specificità dei modelli di prestazione:**

#### CONTENUTI

- Il **concetto di modello di prestazione** applicato ai giochi sportivi di squadra e agli sport di situazione
- Significato ed interpretazione dei **modelli di prestazione tecnica**
- Significato ed interpretazione dei **modelli di prestazione tattica**
- Significato del **modello di prestazione fisica**
- Identificazione dei **criteri di differenziazione** tra settore maschile e settore femminile

### Modulo 16-(Mod.Pr2)

#### TITOLO

- **I modelli di prestazione nella fascia 12-14 anni:**

#### CONTENUTI

- Le **tecniche di riferimento**
- I **sistemi di gioco**
- Il **grado di specializzazione** del sistema di allenamento
- Attendibilità delle **attitudini tecniche**
- Attendibilità delle **attitudini fisiche**
- I **comportamenti tattici** di riferimento

## Modulo 17-(Mod.Pr3)

### TITOLO

- I modelli di prestazione nella fascia 14-16 anni:

### CONTENUTI

- Le **tecniche** di riferimento
- I **sistemi di gioco**
- Il **grado di specializzazione** del sistema di allenamento
- L'attendibilità delle **attitudini tecniche**
- Attendibilità delle **attitudini fisiche**
- I **comportamenti tattici** di riferimento

## Modulo 18-(Mod.Pr4)

### TITOLO

- I modelli di prestazione nella fascia 16-18 anni:

### CONTENUTI

- Le **tecniche** di riferimento
- I **sistemi di gioco**
- Il **grado di specializzazione** del sistema di allenamento
- L'attendibilità delle **attitudini tecniche**
- Attendibilità delle **attitudini fisiche**
- I **comportamenti tattici** di riferimento

## SISTEMI DI ALLENAMENTO

## Modulo 19-(Sis.A11)

### TITOLO

- L'esercizio di sintesi:

### CONTENUTI

- L'**allenamento situazionale**:
  - ◇ Esercitazioni **con riferimento al gioco**
  - ◇ La **difficoltà del compito** motorio
- Criteri di inserimento progressivo delle **variabili situazionali**:
  - ◇ Tendenza metodologica al corretto **timing tecnico** del gioco
  - ◇ Progressivo incremento di **giocatori**
  - ◇ Progressivo incremento di **fondamentali**
- La **componente tattica** dell'esercizio di sintesi:
  - ◇ Eliminazione progressiva dei **vincoli al pensiero tattico**
- Il rendimento individuale e dei sistemi tattici per **valutare la difficoltà** indotta dall'esercizio



## SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO

### Modulo 20-(Sv.Gio1)

#### TITOLO

- **L'allenamento tecnico-tattico attraverso il gioco:**

#### CONTENUTI

- Dal 1 vs 1 al 4 vs 4
- Il 6 vs 6 ad **obiettivo tecnico individuale**:
  - ◇ Esercitazioni per enfatizzare il cambio palla
  - ◇ Esercitazioni per enfatizzare il break point
- L'**intervento analitico** inserito nel sistema di allenamento 6 vs 6:
  - ◇ Concetto di analisi riferito alla **tecnica esecutiva**
  - ◇ Identificare le priorità tecniche da sviluppare per l'evoluzione del fondamentale
  - ◇ Strategie facilitanti l'applicazione della **tecnica nella situazione specifica**

## MODULO SPECIFICO – MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT

### Modulo 21-(Med.Sp1)

- **Principali traumi cui può andare incontro il Pallavolista**
- **Primo Soccorso**
- Il **"Taping" funzionale**:
  - Dita
  - Caviglie

## MODULO SPECIFICO – TECNICA ARBITRALE

### Modulo 22-(Tec.Ar1)

- **Regole di Gioco, Tecnica Arbitrale e Compilazione del Referto**

## MODULO SPECIFICO – SITTING VOLLEY

### Modulo 23-(Sit.Vo1)

- **Il Sitting Volley**

## ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allievo Allenatore – *1° Livello Giovanile* che risultino idonei all'esame finale acquisiscono la qualifica di "Allievo Allenatore – *1° Livello Giovanile*" con decorrenza dalla data dell'esame finale.

La qualifica di "Allievo Allenatore – *1° Livello Giovanile*" è definitiva, e il suo mantenimento è subordinato all'obbligo di frequenza annuale degli aggiornamenti previsti per il livello di qualificazione.

L'abilitazione di "Allievo Allenatore – *1° Livello Giovanile*" consente di svolgere l'attività tecnica di Primo Allenatore nei Campionati di Seconda e Terza Divisione e nei Campionati di Categoria in società che svolgono come massimo campionato la Serie D, e di Secondo Allenatore nei Campionati di Prima, Seconda Terza Divisione e nei e nei Campionati di Categoria in società che svolgono come massimo campionato la Serie B.

## TIROCINIO

Durante la fase di svolgimento del Corso, ciascun partecipante al Corso dovrà svolgere attività certificata presso società affiliate FIPAV, espletando le funzioni di Allenatore Praticante nei Campionati di Prima, Seconda e Terza Divisione e nei Campionati di Categoria. I Comitati Territoriali metteranno a disposizione dei partecipanti al Corso un elenco di società resesi disponibili ad accogliere le eventuali richieste in merito.

Tale tirocinio dovrà essere certificato da almeno 5 presenze sul CAMP3.

# CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO

## 2° LIVELLO GIOVANILE

### TEMA ISPIRATORE

- La **pianificazione dell'allenamento** e la **didattica delle dinamiche del gioco**

### OBIETTIVI DEL CORSO

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

## PROGRAMMA DEL CORSO

### TIPO DEL CORSO

- Il Corso è strutturato in 31 lezioni da 2 ore per un totale di 62 ore di formazione, da distribuire in un arco di tempo di almeno 3 mesi, più 4 ore d'esame
- L'organizzazione del Corso è a cura del Comitato Territoriale di appartenenza
- La formula del corso può essere periodica o residenziale (quest'ultima formula dovrà comunque mantenere inalterato il numero di ore di lezione e il costo del corso)

### STRUTTURA DEL CORSO

- La struttura del Corso prevede 31 lezioni così suddivise:
 

|      |                                               |                |
|------|-----------------------------------------------|----------------|
| ○ 5  | Teoria e Metodologia dell'Allenamento         | Totale ore: 10 |
| ○ 19 | Didattica, Tecnica e Pratica                  | Totale ore: 38 |
| ○ 1  | Cenni di Preparazione Fisica per la Pallavolo | Totale ore: 2  |
| ○ 2  | Medicina applicata allo Sport                 | Totale ore: 4  |
| ○ 2  | Scouting e Match Analysis                     | Totale ore: 4  |
| ○ 1  | Regolamento e Tecnica Arbitrale               | Totale ore: 2  |
| ○ 1  | Sitting Volley                                | Totale ore: 2  |

La frequenza alle lezioni è obbligatoria: in caso di assenza i partecipanti, al fine di ottenere la regolare ammissione alla prova di esame, saranno invitati a recuperare le lezioni nell'ambito dei Corsi attivati presso altri Comitati Territoriali. Sono comunque consentite assenze per 3 moduli di lezione (6 ore).

## PIANO DI STUDI

### TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

#### Modulo 1-(Metod1)

##### TITOLO

- **La seduta di allenamento tecnico – tattico:**

##### CONTENUTI

- La **pianificazione della struttura** dell'allenamento
- L'**organizzazione** della seduta di allenamento
- La **programmazione** degli obiettivi
- La **gestione** della seduta di allenamento
- L'organizzazione dell'**allenamento specifico per i vari ruoli**
- Il concetto di "**carico di allenamento**":
  - ◆ La **stima del carico** di allenamento
  - ◆ I concetti di "carico esterno" e "carico interno"
  - ◆ I **principi teorici** utili per la gestione del carico di allenamento

#### Modulo 2-(Metod2)

##### TITOLO

- **L'esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico – tattico:**

##### CONTENUTI

- Il significato metodologico delle **forme generali di esercizio** in riferimento alla **struttura del gioco**.
- Il significato metodologico delle **forme generali di esercizio** in riferimento al singolo **gesto tecnico**.
- L'**organizzazione** delle forme generali di esercizio nel sistema di allenamento.
- La ripetizione nelle forme generali di esercizio:
  - ◆ L'**esercizio analitico** (ossia come eseguire il gesto)
    - Ripetizione e controllo esecutivo del movimento e/o della palla
  - ◆ L'**esercizio sintetico** (ossia quale gesto utilizzare e quando utilizzarlo)
    - Ripetizione dell'azione di gioco nel rispetto del timing tecnico
  - ◆ L'**esercizio globale** (con quale finalità tattica eseguire il gesto)
    - Applicazione delle tecniche di gioco

#### Modulo 3-(Metod3)

##### TITOLO

- **La forza nella pallavolo:**

##### CONTENUTI

- Significato della **forza massima** nel processo di allenamento dei giochi sportivi
- La forza massima nel **modello di prestazione** della pallavolo
- Lo **sviluppo della forza** nelle età giovanili:
  - ◆ Il potenziamento cosiddetto **centrifugo** (asse corporeo-potenziamento periferico degli arti)
- Il miglioramento organico-muscolare:
  - ◆ Per l'**apprendimento** e la **correzione** delle tecniche
  - ◆ Per la **prevenzione** dei sovraccarichi funzionali
    - Per lo sviluppo della qualità dei vari tipi di **salto**
    - Per il miglioramento prestativo nelle **situazioni "inerziali"**

**Modulo 4-(Metod4)-Modulo monografico**TITOLO

- **La gestione del gruppo:**

CONTENUTI

- Le strategie di **comportamento del coach** nei diversi momenti delle attività di una squadra
- Il gruppo sportivo/squadra **in età seniores**:
  - ◇ Dinamiche motivazionali
  - ◇ Dinamiche emozionali
- Il gruppo sportivo/squadra **in età giovanile**:
  - ◇ Dinamiche motivazionali
  - ◇ Dinamiche emozionali

**Modulo 5-(Metod5)-Modulo monografico**TITOLO

- **La valutazione:**

CONTENUTI

- **Concetti generali** su valutazione e monitoraggio
- La **valutazione antropometrica**
- La **valutazione funzionale**
- La valutazione nel **sistema di allenamento giovanile**
- La valutazione nel **sistema di allenamento seniores**

**DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO****Modulo 6-(Did.Te1)**TITOLO

- **Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di alzata:**

CONTENUTI

- Sviluppo della **neutralità nell'approccio** all'alzata
- Il riferimento al **bersaglio**:
  - ◇ La gestione delle **traiettorie avanti**
  - ◇ La gestione delle **traiettorie dietro**
- **Palleggio in sospensione**
- La progressione delle traiettorie di alzata:
  - ◇ L'alzata di **secondo tempo** (posto 4 e 2)
  - ◇ Il **primo tempo anticipato** (palla 1-2)
  - ◇ Le alzate di **seconda linea**
- Le **alzate in bagher** e l'allenamento in situazione



**Modulo 7-(Did.Te2)**TITOLO

- **Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di ricezione:**

CONTENUTI

- Il bagher frontale:
  - ◇ La **dinamica degli arti inferiori**
  - ◇ Relazione **asse corporeo e palla**
- Il bagher laterale:
  - ◇ L'**anticipo** del piano di rimbalzo
  - ◇ L'**adattamento** del piano di rimbalzo:
    - Le spalle
    - Gli arti inferiori
- La **ricezione del servizio corto** e il suo allenamento in situazione
- La **ricezione in palleggio** e il suo allenamento in situazione

**Modulo 8-(Did.Te3)**TITOLO

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

CONTENUTI

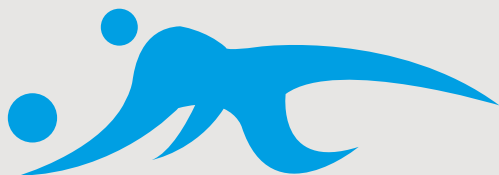
- Criteri di differenziazione esecutiva:
  - ◇ **Preparazione** esecutiva e **anticipazione** situazionale
  - ◇ Posizione di **inizio rincorsa**
  - ◇ La **linea di rincorsa**
  - ◇ La **frontalità** e il **tempo di stacco**
- L'attacco del **ricettore-attaccante** (zone 4-2)
- L'attacco del **centrale** (zona 3)
- L'attacco dell'**opposto** (zone 4-2)
- Gli attacchi dalla **seconda linea**

**Modulo 9-(Did.Te4)**TITOLO

- **Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di muro:**

CONTENUTI

- Criteri di differenziazione esecutiva:
  - ◇ Le **distanze** dal punto di salto
  - ◇ Il **timing degli adattamenti situazionali** del muro in base alle alzate avversarie
- **Elementi qualificanti** delle tecniche di muro:
  - ◇ L'**aggressività** del piano di rimbalzo
  - ◇ L'**orientamento** del piano di rimbalzo
  - ◇ La gestione del **tempo di muro**
  - ◇ Le **transizioni** tra muro e contrattacco



**Modulo 10-(Did.Te5)**TITOLO

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

CONTENUTI

- Il **tempo di difesa**
- Il **controllo bilaterale** dell'intervento difensivo:
  - ◇ La **reazione motoria istintiva**
  - ◇ Uscita del **piede d'appoggio**
  - ◇ Il **controllo** della caduta e dell'intervento sulla palla
- La differenziazione della **postura** e della **posizione** in difesa rispetto al **punto di attacco** e/o al **tipo di palla** attaccata

**LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE****Modulo 11-(Did.Sp1)**TITOLO

- **Contenuti dell'allenamento specifico dell'alzatore:**

CONTENUTI

- La stabilizzazione dell'apice di traiettoria specifico delle **traiettorie di alzata**
- La salvaguardia dell'imprevedibilità di **alzata**
- La **casistica situazionale** del comportamento tecnico-tattico dell'alzatore
- L'organizzazione dell'**allenamento differenziato** dell'alzatore
- L'allenamento delle **competenze complementari** del ruolo

**Modulo 12-(Did.Sp2)**TITOLO

- **Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante:**

CONTENUTI

- Sviluppo dell'**orientamento al bersaglio** del piano di rimbalzo nei rispettivi adattamenti
- **Casistica situazionale** del comportamento tecnico del ricevitore-attaccante:
  - ◇ Le situazioni di **ricezione e preparazione delle rincorse d'attacco**
  - ◇ L'**attacco** del ricevitore-attaccante
  - ◇ Le situazioni di **ricezione e copertura**
  - ◇ La **scelta della tecnica** ottimale di ricezione in base alla traiettoria della palla
- L'organizzazione dell'**allenamento differenziato** del ricevitore
- L'allenamento delle **competenze complementari** del ruolo

**Modulo 13-(Did.Sp3)**TITOLO

- **Contenuti dell'allenamento specifico del centrale:**

CONTENUTI

- Trasferimento dell'**anticipo sui punti rete**:
  - ◇ La preparazione dell'inizio rincorsa
  - ◇ L'adattamento delle linee di rincorsa
  - ◇ La palla "7" e la palla "2"
- Insegnamento delle **tecniche di attacco con stacco a un piede** (prerogativa della pallavolo femminile):
  - ◇ La **fast di secondo tempo**:
    - Tempo e **linea di rincorsa**
  - ◇ La **fast di primo tempo**:
    - **Anticipo** del caricamento del colpo
- L'**allenamento differenziato** del centrale
- L'allenamento delle **competenze complementari** del ruolo:
  - ◇ L'alzata per la ricostruzione del contrattacco
  - ◇ La difesa

**Modulo 14-(Did.Sp4)**TITOLO

- **Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto:**

CONTENUTI

- Il modello di **prestazione tecnica** dell'opposto:
  - ◇ L'**attacco** da prima e seconda linea:
    - La salvaguardia dell'**altezza** e della **potenza** di colpo
    - L'**opposto nella pallavolo femminile**
  - ◇ Il **muro**
  - ◇ La **difesa**
- L'**allenamento differenziato** dell'opposto

**Modulo 15-(Did.Sp5)**TITOLO

- **Contenuti dell'allenamento specifico del libero:**

CONTENUTI

- Il modello di **prestazione tecnica** del libero:
  - ◇ Sviluppo tecnico e responsabilizzazione in **ricezione**
  - ◇ Sviluppo tecnico e tattico di **difesa**
  - ◇ Sviluppo delle **competenze di alzata** per la ricostruzione del contrattacco
- L'**allenamento differenziato** del libero

## SISTEMI DI ALLENAMENTO

### Modulo 16-(Sis.A11)

#### TITOLO

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

#### CONTENUTI

- **Esercitazioni individuali:**
  - ◇ La **progressione tecnica** per preparare l'allenamento specifico
- Esercitazioni di **collegamento tra più giocatori:**
  - ◇ L'attribuzione delle competenze
  - ◇ La gestione delle **zone di conflitto:**
    - Tra ricevitori
    - Tra ricevitori e libero
    - Tra linea di ricezione e centrale
- Esercitazioni di **collegamento tra ricezione e i possibili sviluppi dell'azione:**
  - ◇ I movimenti preparatori specifici per preparare lo sviluppo dell'azione
- **L'allenamento ad obiettivi:**
  - ◇ Esercitazioni ad **obiettivo tecnico**
  - ◇ Esercitazioni ad **obiettivo prestativo**

### Modulo 17-(Sis.A12)

#### TITOLO

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

#### CONTENUTI

- La definizione dei principi per **organizzare l'azione di cambio palla:**
  - ◇ La relazione tra **efficacia in ricezione e sviluppo tecnico dell'attacco**
  - ◇ La definizione dei principali criteri tattici di distribuzione dell'alzata
  - ◇ **L'utilizzo tattico del centrale**
- Analisi del **rendimento** per singola rotazione

### Modulo 18-(Sis.A13)

#### TITOLO

- **L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro:**

#### CONTENUTI

- La gestione dello **spazio di rete** da presidiare individualmente:
  - ◇ La **competenza primaria**
  - ◇ Le **posizioni** e la **postura** di partenza
- Identificazione dei criteri di scelta tattica:
  - ◇ Numero di **giocatori impiegati**
  - ◇ Direzione da chiudere all'attaccante avversario
- Identificazione delle **situazioni "muro\non muro":**
  - ◇ La qualità del **primo tocco**
  - ◇ Le scelte tattiche di **assistenza**
  - ◇ La **chiamata del "no muro"**

**Modulo 19-(Sis.AI4)**TITOLO

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

CONTENUTI

- **Difendere per contrattaccare**
- L'alzata di **ricostruzione** e la casistica di intervento per l'**allenamento specifico**:
  - ◇ La **casistica** di intervento per i vari ruoli
- La **preparazione delle rincorse** per il contrattacco:
  - ◇ L'allenamento delle **transizioni** specifiche

**Modulo 20-(Sis.AI5)**TITOLO

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

CONTENUTI

- Lo **sviluppo dei colpi** d'attacco in funzione delle scelte del muro e della difesa:
  - ◇ Lo sviluppo dei **colpi contro il muro**
  - ◇ Lo sviluppo dei **colpi contro la difesa**
- L'utilizzo dei **colpi tattici**:
  - ◇ Il pallonetto, la piazzata e il contrasto contro le mani del muro
- L'**adattamento del colpo** nelle imprecisioni di alzata:
  - ◇ La **casistica** situazione delle principali imprecisioni di alzata

**Modulo 21-(Sis.AI6)**TITOLO

- **L'allenamento dei sistemi di difesa e contrattacco:**

CONTENUTI

- La gestione delle **competenze nei collegamenti** di difesa
- L'adattamento della **posizione di difesa** rispetto all'azione di muro
- La difesa degli **attacchi lungolinea** e la difesa degli **attacchi in diagonale**
- La **casistica** situazione delle principali traiettorie di attacco
- L'utilizzo del **libero nel sistema** di difesa
- L'adattabilità della **difesa del posto 6**

**Modulo 22-(Sis.AI7)**TITOLO

- **L'allenamento dei sistemi di copertura e contrattacco:**

CONTENUTI

- L'attribuzione delle competenze sugli **interventi prossimi** alla rete e sugli **interventi distanti** dalla rete:
  - ◇ Competenze degli **alzatori** e dei **liberi**
  - ◇ Competenze degli **attaccanti di seconda linea**
- Casistica situazionale legata a:
  - ◇ Copertura su **attacco di primo tempo** e priorità
  - ◇ Coperture su **attacco di secondo tempo** e priorità
  - ◇ Coperture su **attacco di palla alta**

## SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO

### Modulo 23-(Sv.Gio1)

#### TITOLO

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

#### CONTENUTI

- Limitazioni situazionali utilizzabili:
  - ◇ Gioco su **porzioni di rete** predefinite
  - ◇ Gioco con **tipi di attacco** predefiniti
  - ◇ Gioco con **combinazioni specifiche** di due attaccanti
- La gestione della **ripetizione situazionale**:
  - ◇ La ripetizione dell'azione di **cambio palla**
  - ◇ La ripetizione della **ricostruzione da difesa**
  - ◇ La ripetizione della **ricostruzione da freeball**

### Modulo 24-(Sv.Gio2)

#### TITOLO

- **L'allenamento tattico attraverso il gioco** (contenuti riferiti ai modelli di prestazione dei campionati regionali):

#### CONTENUTI

- Il **6vs6 ad obiettivo tecnico**:
  - ◇ Obiettivo di **squadra**
  - ◇ Obiettivo di **sistema tattico**
- Il **6vs6 a punteggio speciale**:
  - ◇ Esercitazioni per enfatizzare il **cambio palla**
  - ◇ Esercitazioni per enfatizzare il **break point**
  - ◇ Esercitazioni per la **ricostruzione dalla difesa**
  - ◇ Esercitazioni per la **ricostruzione dalla freeball**

## PREPARAZIONE FISICA

### Modulo 25-(Pr.Fis1)

#### TITOLO

- **Protocolli per l'allenamento della forza:**

#### CONTENUTI

- Potenziamento dell'**asse corporeo**:
  - ◇ Parete addominale e dorso-lombare
  - ◇ La **CORE STABILITY** e il **controllo respiratorio**
- Potenziamento delle dinamiche a carico delle **articolazioni prossimali** (anche e spalle):
  - ◇ Costruzione e potenziamento dell'**accosciata massima**
  - ◇ Costruzione del movimento del **complesso articolare della spalla**
- Potenziamento delle **catene cinetiche estensorie** (movimenti di spinta)
- Potenziamento delle **catene cinetiche antagoniste** (movimenti di trazione e slancio)
- **Metodiche complementari** per l'ottimizzazione delle capacità di **forza**:
  - ◇ Esercitazioni cosiddette propriocettive e **controllo del disequilibrio**
  - ◇ **Costruzione del movimento** attraverso lo sviluppo della **difficoltà del compito coordinativo**

## MODULO SPECIFICO – MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT

### Modulo 26-(Med.Sp1)

- Fisiologia riferita al carico di lavoro e agli adattamenti conseguenti

### Modulo 27-(Med.Sp2)

- Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico

## MODULO SPECIFICO – MATCH ANALYSIS

### Modulo 28-(Ril.St1)

- Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite

### Modulo 29-( Ril.St2)

- Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra

## MODULO SPECIFICO – TECNICA ARBITRALE

### Modulo 30-(Tec.Ar1)

- Approfondimenti sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale:
  - La casistica di gioco

## MODULO SPECIFICO – SITTING VOLLEY

### Modulo 31-(Sit.Vo1)

- Il Sitting Volley



## ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allenatore di Primo Grado – 2° Livello 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 – 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.

# CORSO ALLENATORE DI SECONDO GRADO

## 3° LIVELLO GIOVANILE

### TEMA ISPIRATORE

- Il **talento**, la **specializzazione tecnica** e l'**allenamento differenziato**

### OBIETTIVI DEL CORSO

- Capacità di **costruire protocolli di lavoro ed esercitazioni adeguate** al contesto e all'obiettivo
  - Capacità di **adattare il sistema di allenamento** alle esigenze del gruppo
- Capacità di **organizzare un processo** formativo e/o dirigerlo coordinando il lavoro dello staff
  - Capacità di **pianificare** a lungo (il programma pluriennale) e medio termine (la stagione agonistica)
- L'organizzazione della **PREPARAZIONE FISICA** e relativi protocolli applicativi
  - Il modello di **prestazione fisica** della pallavolo
  - Il **lavoro tecnico e fisico integrato**
- Principi teorici dell'allenamento:
  - Principi che regolano la gestione del processo di specializzazione del ruolo:
    - ◇ La specializzazione progressiva
    - ◇ Carico/stimolo finalizzato
    - ◇ Carico/stimolo adeguato all'età

## PROGRAMMA DEL CORSO

### TIPO DI CORSO

Il Corso è strutturato in due fasi: una **PERIODICA** (32 lezioni-64 ore) e una **RESIDENZIALE** (12 lezioni-24 ore) da distribuire in un arco di tempo di almeno 4 mesi, più 10 ore di esame. L'organizzazione del Corso è a cura del Comitato Regionale di appartenenza.

- La struttura del corso **PERIODICO** prevede 32 lezioni (per un totale di 64 ore) così suddivise:
 

|      |                                               |                |
|------|-----------------------------------------------|----------------|
| ○ 5  | Teoria e Metodologia dell'Allenamento         | Totale ore: 10 |
| ○ 18 | Didattica, Tecnica e Pratica dell'Allenamento | Totale ore: 36 |
| ○ 3  | Cenni di Preparazione Fisica per la Pallavolo | Totale ore: 6  |
| ○ 2  | Medicina applicata allo Sport                 | Totale ore: 4  |
| ○ 2  | Rilevamento Allenamenti/Gara (Scouting*)      | Totale ore: 4  |
| ○ 2  | Match Analysis (Programmazione**)             | Totale ore: 4  |

La frequenza alle lezioni è obbligatoria: sono comunque consentite durante la fase periodica assenze per 5 moduli di lezione (10 ore).

**\*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):

- L'obiettivo delle esercitazioni che verranno proposte e la loro sequenzialità nella seduta.
- Il contesto programmatico di ogni singolo contenuto della seduta di allenamento (come si colloca nella programmazione dello specifico periodo di lavoro).
- La sequenza descrittiva delle esercitazioni principali proposte utilizzando anche gli appositi spazi e campi riprodotti nei moduli.
- 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).
- Ogni seduta di allenamento dovrà essere corredata da un commento relativo a:
- Obiettivi degli eventuali interventi del tecnico sulla squadra nel corso della seduta.
- Organizzazione della squadra e delle sequenze di lavoro individuali nello svolgimento delle esercitazioni rispetto al tipo di esercitazione proposta (esercitazione analitica, sintetica o globale).
- Correzioni didattiche eventualmente effettuate dall'allenatore sui singoli giocatori e strategia specifica di intervento utilizzata.
- Considerazioni (non giudizio) personali generali sull'allenamento rilevato.

Gli elaborati costituiscono materiale di valutazione finale.

**\*\* MATCH ANALYSIS** di una gara di Serie B (Programmazione). Gli Allenatori, divisi in coppie, seguiranno, su modelli prestampati:

- 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 ininfluyente) prestativa di squadra.
- Ciascun allenatore i giocatori coinvolti nelle specifiche azioni, della fase di gioco attribuita, per una rilevazione prestativa individuale.

Al termine della partita, gli Allenatori, nelle loro sedi, rielaboreranno i dati raccolti verificando:

- Efficienza / positività del giocatore nei vari fondamentali.
- Efficienza / positività della squadra nelle varie rotazioni e nei vari sistemi tattici.

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).

Gli elaborati costituiscono documentazione fondamentale per la valutazione finale.

- La struttura del corso **RESIDENZIALE** prevede 12 lezioni (per un totale di 24 ore) così suddivise:
 

|     |                                           |                |
|-----|-------------------------------------------|----------------|
| ○ 8 | Tecnica e Pratica in Palestra             | Totale ore: 16 |
| ○ 4 | Sedute di Allenamento guidate in Palestra | Totale ore: 8  |

La frequenza alle lezioni è obbligatoria: non sono consentite assenze nel corso della fase residenziale.

# PIANO DI STUDI-FASE PERIODICA

## TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

### Modulo 1-(Metod1)

#### TITOLO

- **La programmazione pluriennale nel settore giovanile:**

#### CONTENUTI

- I modelli prestativi di alto livello e di livello internazionale nella progettazione del **percorso di sviluppo tecnico-tattico**:
  - ◇ Identificazione di **fattori correlati al risultato**
  - ◇ Progettazione di percorsi di **sviluppo individuale**:
- La **promozione del giocatore giovane** nell'organico della prima squadra:
  - ◇ La capacità di sostenere il **livello di gioco** e di allenamento
  - ◇ La possibilità di **equilibrare il successo al rischio di insuccesso**
  - ◇ La **gestione del rischio di errore** nella dinamica del punteggio

### Modulo 2-(Metod2)

#### TITOLO

- **L'analisi del livello di prospettiva del giocatore giovane:**

#### CONTENUTI

- Il monitoraggio dei processi di apprendimento tecnico:
  - ◇ L'identificazione dei **parametri neuro-muscolari correlati** alla prospettiva di alto livello
  - ◇ L'identificazione dei **picchi di prestazione** tecnico-tattica
- La **stima degli indicatori** in funzione dei modelli di prestazione tecnico-tattica:
  - ◇ Gli indicatori strutturali
  - ◇ Gli indicatori motori
  - ◇ Gli indicatori neuro-muscolari
  - ◇ Gli indicatori comportamentali
  - ◇ Il potenziale di **volume complessivo di allenamento**
  - ◇ La programmazione delle **opportunità di competizione**

### Modulo 3-(Metod3)

#### TITOLO

- **Il talento nella pallavolo:**

#### CONTENUTI

- **Aspetti della tecnica di base** che consentono la selezione del talento nella pallavolo:
  - ◇ Indicatori tecnico-motori:
    - **Colpo sulla palla**
    - **Tocco nel palleggio** dei futuri alzatori
    - **Tocco di bagher** dei futuri ricevitori e liberi
  - ◇ Modalità e dinamica dei processi di **apprendimento motorio**
- La **promozione del talento**:
  - ◇ Programmazione pluriennale di **insegnamento delle tecniche**
  - ◇ **Percorsi individualizzati** correlati alle caratteristiche motorie
- Lo **sviluppo del talento**:
  - ◇ Strategie di **lavoro differenziato** (contenuti e volumi)
  - ◇ Relazione tra **progetto di sviluppo** e **opportunità di gioco**

**Modulo 4-(Metod4)-Modulo monografico**TITOLO

- **Rapporto tra preparazione fisica e preparazione tecnico-tattica nel sistema di allenamento della pallavolo:**

CONTENUTI

- Le **competenze** specifiche del preparatore fisico
- L'**integrazione** delle strategie di intervento
- La **direzione** tecnica nell'integrazione delle competenze
- La preparazione fisica come mezzo per lo sviluppo della **motricità specifica** e della **capacità di gioco**

**Modulo 5-(Metod5)-Modulo monografico**TITOLO

- **La specializzazione nel sistema di allenamento giovanile:**

CONTENUTI

- Gli **aspetti tecnici** e i rispettivi **presupposti** motori che identificano l'**attitudine** nel ruolo:
  - ◇ **Alzatore:** qualità nel controllo della palla con la **tecnica di palleggio**:
    - **Motricità degli arti inferiori** per gestire la relazione tra asse corporeo e la traiettoria della palla
  - ◇ **Ricevitore:** qualità nel controllo della palla con la **tecnica del bagher**:
    - **Timing** del piano di rimbalzo e **adattamenti** nella gestione della velocità della palla
  - ◇ **Centrale:** qualità nell'**apprendimento** specifico:
    - Il controllo delle **tecniche di muro** in situazione e nelle transizioni
    - La gestione dell'**anticipo** dello stacco per l'attacco di primo tempo
  - ◇ **Opposto:** potenza e altezza del **colpo d'attacco**
  - ◇ **Libero:** **reazione degli arti inferiori** alla palla e alla variabilità situazionale della difesa

**LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE****Modulo 6-(Did.Sp1)**TITOLO

- **Il percorso di specializzazione per il ruolo di alzatore:**

CONTENUTI

- La salvaguardia della **neutralità di alzata**:
  - ◇ Lo sviluppo della **velocità di uscita della palla** dalle mani
  - ◇ Il controllo dell'**angolo di uscita** della palla e la gestione dell'apice di traiettoria
- La salvaguardia del **tempo di attacco**:
  - ◇ L'incremento delle **traiettorie** di alzata efficaci
  - ◇ Lo sviluppo tattico della **distribuzione**
- Sviluppo dei **fondamentali complementari** nella prestazione dell'alzatore:
  - ◇ La **difesa**
  - ◇ Il **muro**
  - ◇ Il **servizio**

**Modulo 7-(Did.Sp2)****TITOLO**

- **Il percorso di specializzazione per il ruolo di ricevitore-attaccante:**

**CONTENUTI**

- Adattamenti della **ricezione** al tipo di servizio:
  - ◇ **Competenze** di ricezione e tecniche di intervento
  - ◇ Sviluppo dell'**efficienza** in ricezione
  - ◇ Adattamento delle **rincorse d'attacco dopo ricezione**
- Incremento della **varietà delle palle di attacco**:
  - ◇ **Direzioni** di colpo e **tempi esecutivi**
- Sviluppo dei **fondamentali complementari** nella prestazione del ricevitore-attaccante:
  - ◇ La **difesa**
  - ◇ Il **muro**
  - ◇ Il **servizio**

**Modulo 8-(Did.Sp3)****TITOLO**

- **Il percorso di specializzazione per il ruolo di centrale:**

**CONTENUTI**

- Evoluzione delle **tecniche specialistiche di spostamento** e salto per il muro
- Sviluppo dei **principi tattici per il muro**:
  - ◇ La **lettura** e i punti di riferimento
  - ◇ Principi nell'adattamento esecutivo del **piano di rimbalzo**
  - ◇ L'**opzione** come espressione della tattica individuale
- Incremento della **varietà delle palle d'attacco**:
  - ◇ **Direzioni** di colpo e stabilità dell'anticipo
  - ◇ La **differenziazione dei tempi d'attacco** del centrale
- Sviluppo dei **fondamentali complementari** nella prestazione del centrale:
  - ◇ L'**alzata** di ricostruzione
  - ◇ La **difesa**
  - ◇ Il **servizio**

**Modulo 9-(Did.Sp4)****TITOLO**

- **Il percorso di specializzazione per il ruolo di opposto:**

**CONTENUTI**

- Lo **sviluppo dei colpi d'attacco** commisurato alle caratteristiche motorie e strutturali
- La **scelta dei colpi d'attacco** nelle situazioni di gioco
- Criteri di **differenziazione tattica** del ruolo tra settore maschile e settore femminile:
  - ◇ Tipi di **palle d'attacco**
  - ◇ **Modalità di utilizzo** nei sistemi tattici
- Sviluppo delle **competenze a muro**:
  - ◇ **Assistenza** al centrale
- Sviluppo dei **fondamentali complementari** nella prestazione dell'opposto:
  - ◇ Il **servizio**
  - ◇ La **difesa**

**Modulo 10-(Did.Sp5)**TITOLO

- **Il percorso di specializzazione per il ruolo di libero:**

CONTENUTI

- Sviluppo dei **principi tattici** nella prestazione del libero:
  - ◇ L'organizzazione delle **competenze nella linea di ricezione**
  - ◇ L'organizzazione delle **competenze nella linea di difesa**
- La progressiva costruzione dello **spazio di competenza** in ricezione:
  - ◇ La **responsabilizzazione** nel sistema
- Evoluzione delle **tecniche specialistiche** di difesa nelle differenti zone di 2° linea
- Sviluppo dei **fondamentali complementari** nella prestazione del libero:
  - ◇ L'**alzata** di ricostruzione

## **MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO TATTICA NELLA PALLAVOLO**

**Modulo 11-(Mod.Pr1)**TITOLO

- **Analisi tecnica della fase cambio palla nella pallavolo femminile:**

CONTENUTI

- Analisi video dei **sistemi di cambio palla nella pallavolo femminile** di Serie B e di alto livello

**Modulo 12-(Mod.Pr2)**TITOLO

- **Analisi tecnica della fase cambio palla nella pallavolo maschile:**

CONTENUTI

- Analisi video dei **sistemi di cambio palla nella pallavolo maschile** di Serie B e di alto livello

**Modulo 13-(Mod.Pr3)**TITOLO

- **Analisi tecnica della fase break point nella pallavolo femminile:**

CONTENUTI

- Analisi video dell'**organizzazione del break point nella pallavolo femminile** di Serie B e di alto livello

**Modulo 14-(Mod.Pr4)**TITOLO

- **Analisi tecnica della fase break point nella pallavolo maschile:**

CONTENUTI

- Analisi video dell'**organizzazione del break point nella pallavolo maschile** di Serie B e di alto livello

## SISTEMI DI ALLENAMENTO

### Modulo 15-(Sis.AI1)

#### TITOLO

- **Principi metodologici nell'allenamento del cambio palla per la pallavolo femminile:**

#### CONTENUTI

- **I contenuti dell'allenamento** della fase cambio palla:
  - ◇ Qualità della **ricezione**
  - ◇ Qualità della **distribuzione**
  - ◇ Qualità del **primo attacco** di cambio palla:
    - Efficacia dell'**attacco da posto 4**

### Modulo 16-(Sis.AI2)

#### TITOLO

- **La prassi nell'allenamento del cambio palla per la pallavolo femminile:**

#### CONTENUTI

- La **programmazione** e l'**organizzazione** del **protocollo** di allenamento (lavori di gruppo):
  - ◇ Nell'unità didattica o nel programma a breve termine (programma settimanale)
  - ◇ Nella seduta di allenamento
  - ◇ Nel lavoro tecnico individuale differenziato

### Modulo 17-(Sis.AI3)

#### TITOLO

- **Principi metodologici nell'allenamento del cambio palla per la pallavolo maschile:**

#### CONTENUTI

- **I contenuti dell'allenamento** della fase cambio palla:
  - ◇ Qualità della **ricezione**
  - ◇ Qualità della **distribuzione**
  - ◇ Qualità del **primo attacco** di cambio palla:
    - Efficacia dell'**attacco del primo tempo**

### Modulo 18-(Sis.AI4)

#### TITOLO

- **La prassi nell'allenamento del cambio palla per la pallavolo maschile:**

#### CONTENUTI

- La **programmazione** e l'**organizzazione** del **protocollo** di allenamento (lavori di gruppo):
  - ◇ Nell'unità didattica o nel programma a breve termine (programma settimanale)
  - ◇ Nella seduta di allenamento
  - ◇ Nel lavoro tecnico individuale differenziato

**Modulo 19-(Sis.AI5)**TITOLO

- **Principi metodologici nell'allenamento del break point per la pallavolo femminile:**

CONTENUTI

- **Contenuti dell'allenamento** della fase break point:
  - ◇ Qualità del **collegamento battuta-muro**
  - ◇ Qualità del **collegamento muro-difesa**
  - ◇ Qualità della **ricostruzione**
  - ◇ Qualità del **contrattacco**:
    - Numero di contrattacchi rispetto al numero di palle difese e relativa efficacia

**Modulo 20-(Sis.AI6)**TITOLO

- **La prassi nell'allenamento del break point per la pallavolo femminile:**

CONTENUTI

- La **programmazione** e l'**organizzazione** del **protocollo** di allenamento (lavori di gruppo):
  - ◇ Nell'unità didattica o nel programma a breve termine (programma settimanale)
  - ◇ Nella seduta di allenamento
  - ◇ Nel lavoro tecnico individuale differenziato

**Modulo 21-(Sis.AI7)**TITOLO

- **Principi metodologici nell'allenamento del break point per la pallavolo maschile:**

CONTENUTI

- **Contenuti dell'allenamento** della fase break point:
  - ◇ Qualità del **collegamento battuta-muro**
  - ◇ Qualità del **collegamento muro-difesa**
  - ◇ Qualità della **ricostruzione**
  - ◇ Qualità del **contrattacco**:
    - Efficienza dell'**attacco da posto 2**

**Modulo 22-(Sis.AI8)**TITOLO

- **La prassi nell'allenamento del break point per la pallavolo maschile:**

CONTENUTI

- La **programmazione** e l'**organizzazione** del **protocollo** di allenamento (lavori di gruppo):
  - ◇ Nell'unità didattica o nel programma a breve termine (programma settimanale)
  - ◇ Nella seduta di allenamento
  - ◇ Nel lavoro tecnico individuale differenziato

## SVILUPPO DELLA CAPACITÀ DI GIOCO

### Modulo 23-(Sv.Gio1)

#### TITOLO

- **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):

#### CONTENUTI

- Dal **principio tattico** alla relativa casistica
- Analisi delle **variabili situazionali** che interagiscono:
  - ◇ Opzioni di **scelta con possesso palla**
  - ◇ Opzioni di **scelta con palla all'avversario**
- L'allenamento attraverso **il gioco 6vs6 a punteggio speciale**

## PREPARAZIONE FISICA

### Modulo 24-(Pr.Fis1)

#### TITOLO

- **Le espressioni specifiche di forza nel modello di prestazione fisica della pallavolo:**

#### CONTENUTI

- Concetti metodologici relativi allo sviluppo delle **espressioni veloci ed esplosive di forza**
- L'importanza della **forza massima** nelle situazioni particolari del gioco:
  - ◇ **Posture difensive e uscite** per intervenire sulla palla
  - ◇ **Controllo del disequilibrio** pre/post intervento sulla palla
- Il **rapporto tra carico e recupero** nella pallavolo giovanile di alto livello di qualificazione:
  - ◇ Effetti del **sovraccarico**
  - ◇ **Over reaching e over training**
  - ◇ Procedimenti facilitanti il **recupero**

### Modulo 25-(Pr.Fis2)

#### TITOLO

- **La tecnica esecutiva dei principali esercizi con i sovraccarichi:**

#### CONTENUTI

- Esercitazioni per gli **arti superiori** e le **spalle**
- Esercitazioni per gli **arti inferiori** e per l'**articolazione coxo-femorale**
- Esercitazioni con **tecniche specifiche per il sollevamento pesi** adattate alla pallavolo

### Modulo 26-(Pr.Fis3)

#### TITOLO

- **Lo sviluppo della capacità di salto:**

#### CONTENUTI

- Classificazione delle varie **forme di salto caratteristiche della pallavolo**:
  - ◇ Fattori influenti sulla capacità di **salto da fermi**
  - ◇ Fattori influenti sulla capacità di **salto con rincorsa**
  - ◇ Fattori influenti sulla capacità di **salto reattivo**
- Concetto di **rapidità** nel modello di prestazione della pallavolo
- Concetto di **resistenza generale e specifica** nel modello di prestazione della pallavolo

## PIANO DI STUDI–FASE RESIDENZIALE

### TECNICA E TATTICA DELLA PALLAVOLO

#### Modulo 1

- Battuta e ricezione nella pallavolo femminile di alto livello

#### Modulo 2

- Battuta e ricezione nella pallavolo maschile di alto livello

#### Modulo 3

- L'attacco per il cambio palla nella pallavolo femminile di alto livello

#### Modulo 4

- L'attacco per il cambio palla nella pallavolo maschile di alto livello

#### Modulo 5

- Muro/Difesa nella pallavolo femminile di alto livello

#### Modulo 6

- Muro/Difesa nella pallavolo maschile di alto livello

#### Modulo 7

- Il contrattacco nella pallavolo femminile di alto livello

#### Modulo 8

- Il contrattacco nella pallavolo maschile di alto livello

### SESSIONI DI ALLENAMENTO GUIDATE (PALESTRA)

#### Modulo 1

- Sessioni di allenamento guidate Gruppo A

#### Modulo 2

- Sessioni di allenamento guidate Gruppo B

#### Modulo 3

- Sessioni di allenamento guidate Gruppo C

#### Modulo 4

- Sessioni di allenamento guidate Gruppo D

Durante gli “**Allenamenti Guidati**” i Corsisti saranno divisi in quattro gruppi omogenei per esperienze maschili e femminili, ognuno dei quali rappresenterà uno “Staff” di lavoro (1° Allenatore, 2° Allenatore, Collaboratori, Scoutman, ...) che dovrà proporre e far svolgere in palestra una seduta di allenamento. **È consigliato che l'allenamento proposto sia eseguito da un gruppo/squadra effettivo, possibilmente di serie Regionale.**

## ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allenatore di Secondo Grado – 3° Livello Giovanile che risultino idonei all'esame finale acquisiscono la qualifica di "Allenatore di Secondo Grado – 3° 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 Secondo Grado – 3° Livello Giovanile" è subordinato all'obbligo di frequenza annuale degli aggiornamenti previsti per il livello di qualificazione, fino al passaggio alla successiva qualifica.

L'abilitazione di "Allenatore di Secondo Grado – 3° Livello Giovanile" consente di svolgere l'attività tecnica di Primo Allenatore nei Campionati di Serie B2 femminile, C, D, Prima, Seconda e Terza Divisione e in tutti i Campionati di Categoria, e di Secondo Allenatore nei Campionati di Serie A1, A2, B1 e B2 femminile, B maschile, 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.





# ***POSIZIONI TRANSITORIE: PROGRAMMA***

## ***VALIDE FINO AL 30 GIUGNO 2020***

### ***2° LIVELLO GIOVANILE***

#### **MODULO 1 - 2 ORE**

- **La seduta di allenamento tecnico-tattico:**
    - La **pianificazione della struttura** dell'allenamento
    - L'**organizzazione** della seduta di allenamento
    - La **gestione** della seduta di allenamento
    - L'organizzazione dell'**allenamento specifico per i vari ruoli**
  - **La valutazione:**
    - **Concetti generali** su valutazione e monitoraggio
    - La **valutazione antropometrica**
    - La **valutazione funzionale**
    - La valutazione nel **sistema di allenamento giovanile**
- 

#### **MODULO 2 - 2 ORE**

- **Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di alzata:**
  - Sviluppo della neutralità nell'approccio all'alzata
  - Il riferimento al bersaglio
    - ◇ La gestione delle traiettorie avanti
    - ◇ La gestione delle traiettorie dietro
  - Palleggio in sospensione
  - La progressione delle traiettorie di alzata:
    - ◇ L'alzata di secondo tempo (posto 4 e 2)
    - ◇ Il primo tempo anticipato (palla 1-2)
    - ◇ Le alzate di seconda linea
  - Le alzate in bagher e l'allenamento in situazione
- **Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di ricezione:**
  - Il bagher frontale
    - ◇ La dinamica degli arti inferiori
    - ◇ Relazione asse corporeo e palla
  - Il bagher laterale
    - ◇ L'anticipo del piano di rimbalzo
    - ◇ L'adattamento del piano di rimbalzo
      - Le spalle
      - Gli arti inferiori
  - La ricezione del servizio corto ed il suo allenamento in situazione
  - La ricezione in palleggio ed il suo allenamento in situazione

## ***POSIZIONI TRANSITORIE: PROGRAMMA***

### ***VALIDE FINO AL 30 GIUGNO 2020***

#### ***2° LIVELLO GIOVANILE***

#### **MODULO 3 - 2 ORE**

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

- Criteri di differenziazione della sequenza motoria:
    - ◇ Preparazione esecutiva e anticipazione situazionale
    - ◇ Posizione e tempo di inizio rincorsa
    - ◇ La linea di rincorsa
    - ◇ La frontalità e il tempo di stacco
  - L'attacco del ricettore attaccante (zone 4-2)
  - L'attacco del centrale (zona 3)
  - L'attacco dell'opposto (zone 4-2)
  - Gli attacchi dalla seconda linea
- 

#### **MODULO 4 - 2 ORE**

- **Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di muro:**

- Criteri di differenziazione esecutiva:
  - ◇ Le distanze
  - ◇ Il timing degli adattamenti situazionali del muro
- Elementi qualificanti delle tecniche di muro:
  - ◇ L'aggressività del piano di rimbalzo
  - ◇ L'orientamento del piano di rimbalzo
  - ◇ La gestione del tempo di muro
  - ◇ Le transizioni tra muro e contrattacco

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

- Il tempo di difesa
- Il controllo bilaterale dell'intervento difensivo:
- La valutazione funzionale
  - ◇ La reazione motoria istintiva
  - ◇ Uscita del piede d'appoggio
  - ◇ Il controllo della caduta e dell'intervento sulla palla
- La differenziazione della postura e della posizione in difesa rispetto al punto di attacco e/o al tipo di palla attaccata

# **POSIZIONI TRANSITORIE: PROGRAMMA**

## **VALIDE FINO AL 30 GIUGNO 2020**

### **3° LIVELLO GIOVANILE**

#### **MODULO 1 - 2 ORE**

- **La programmazione pluriennale nel settore giovanile:**
  - I modelli prestativi di alto livello e di livello internazionale nella progettazione del **percorso di sviluppo tecnico-tattico**:
    - ◇ Identificazione dei **fattori correlati al risultato**
    - ◇ Progettazione di percorsi di **sviluppo individuale**
- **L'allenamento tattico attraverso il gioco**  
*(contenuti riferiti ai modelli di prestazione dei campionati regionali):*
  - **Il 6 vs 6 ad obiettivo tecnico**:
    - ◇ Obiettivo di **squadra**
    - ◇ Obiettivo di **sistema tattico**
  - **Il 6 vs 6 a punteggio**:
    - ◇ Esercitazioni per enfatizzare il **cambio palla**
    - ◇ Esercitazioni per enfatizzare il **break point**
    - ◇ Esercitazioni per la **ricostruzione dalla difesa**
    - ◇ Esercitazioni per la **ricostruzione dalla freeball**

---

#### **MODULO 2 - 2 ORE**

- **L'analisi del livello di prospettiva del giocatore giovane:**
  - Il monitoraggio dei processi di apprendimento tecnico:
    - ◇ L'identificazione dei picchi di prestazione tecnico-tattica
  - La stima degli indicatori in funzione dei modelli di prestazione tecnico-tattica
    - ◇ Gli indicatori strutturali
    - ◇ Gli indicatori motori
    - ◇ Gli indicatori neuro-muscolari
    - ◇ Gli indicatori comportamentali
    - ◇ Lo sviluppo del volume complessivo di allenamento
    - ◇ La programmazione delle opportunità di competizione
- **IL TALENTO NELLA PALLAVOLO:**
  - Aspetti della tecnica di base che consentono la selezione del talento nella pallavolo:
    - ◇ Indicatori tecnico – motori:
      - Colpo sulla palla - tocco nel palleggio dei futuri alzatori - tocco di bagher dei futuri ricevitori e liberi
  - Modalità e dinamica dei processi di apprendimento motorio
- **La promozione del talento:**
  - Programmazione pluriennale di insegnamento delle tecniche
  - Percorsi individualizzati correlati alle caratteristiche motorie
- **Lo sviluppo del talento:**
  - Strategie di lavoro differenziato (contenuti e volumi)
  - Relazione tra progetto di sviluppo tecnico e opportunità di gioco

## ***POSIZIONI TRANSITORIE: PROGRAMMA***

### ***VALIDE FINO AL 30 GIUGNO 2020***

#### ***3° LIVELLO GIOVANILE***

#### **Modulo 3-4 - 4 ORE: 2 MASCHILE – 2 FEMMINILE**

- **La specializzazione nel sistema di allenamento giovanile:**

- Gli aspetti tecnici e i rispettivi presupposti motori che identificano l'attitudine nel ruolo:
  - ◇ Alzatore: qualità nel controllo della palla con la tecnica di palleggio:
    - Motricità degli arti inferiori
  - ◇ Ricevitore: qualità nel controllo della palla con la tecnica di bagher:
    - Timing del piano di rimbalzo
  - ◇ Centrale: qualità nell'apprendimento nel gioco:
    - Il controllo delle tecniche di muro in situazione e nelle transizioni
    - La gestione dell'anticipo dello stacco per l'attacco di primo tempo
  - ◇ Opposto: potenza ed altezza del colpo d'attacco
  - ◇ Libero: reazione degli arti inferiori alla palla e alle variabilità situazionale della difesa.





# **GUIDA ORGANIZZATIVA AI CORSI PER LA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI**

2018-2020

# CORSO ALLIEVO ALLENATORE

## 1° LIVELLO GIOVANILE

I Comitati Territoriali, attraverso le strutture preposte e di concerto con il Comitato Regionale di appartenenza, sono invitati ad indire il “**Corso Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile**”. La qualifica di “Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile” è rilasciata automaticamente a:

- **Studenti ISEF**
- **Studenti delle Università di Scienze Motorie**

che abbiano superato con votazione minima di **27/30** (attestata dal docente universitario) l'esame di pallavolo o giochi sportivi con parte specifica di pallavolo, e a tutti i:

- Diplomatici ISEF
- Laureati in Scienze Motorie

## INDIZIONE DEL CORSO

Per ottenere l'autorizzazione allo svolgimento del Corso, i **Comitati Territoriali** dovranno inviare al **Comitato Regionale**, la seguente documentazione:

- Pianificazione del Programma con date, orari e sedi delle lezioni
- Nominativo del Direttore Didattico e Docente del Corso
- Importo della quota di iscrizione

Il **Comitato Regionale**, constatata la regolarità, autorizzerà il Corso e darà comunicazione al Comitato Territoriale richiedente e al **Settore Tecnico FIPAV** (via email all'indirizzo [settoretecnico@federvolley.it](mailto:settoretecnico@federvolley.it)) allegando copia di tutta la documentazione. Il **Comitato Territoriale** provvederà all'inserimento online dell'anagrafica dei tecnici iscritti al Corso nella sezione relativa al Primo Tesseramento Online, dandone comunicazione al **Settore Tecnico FIPAV** via email all'indirizzo [settoretecnico@federvolley.it](mailto:settoretecnico@federvolley.it) per l'attivazione delle matricole temporanee.

## DURATA

Il **Corso** è strutturato su **23 lezioni da 2 ore** per un totale di **46 ore** di formazione, più **6 ore** d'esame, da terminare entro il **30 Giugno**. Entro tale data dovranno svolgersi anche gli esami finali.



## ISCRIZIONI

La **quota di iscrizione al Corso** sarà pari ad una somma di **Euro 300,00** stabilita dal Consiglio Federale e 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 Allievo Allenatore – *1° Livello Giovanile* coloro che abbiano già compiuto il 18° anno di età all'atto dell'iscrizione al Corso.

**La frequenza alle lezioni è obbligatoria:** in caso di assenza i partecipanti, al fine di ottenere la regolare ammissione alla prova di esame, saranno invitati a recuperare le lezioni nell'ambito dei Corsi attivati presso altri Comitati Territoriali. Sono comunque consentite assenze per 3 moduli di lezione (6 ore).

## DIRETTORE DIDATTICO E DOCENZE

Il **Direttore Didattico del Corso**, individuato dal **Comitato Territoriale** e nominato dal **Comitato Regionale**, dovrà essere un **Docente Federale**. Il **Direttore Didattico**, curerà tutte le docenze relative al corso ad eccezione delle lezioni per le quali sarà previsto l'impiego di Esperti esterni, quali quelle relative ai moduli di Tecnica Arbitrale, Sitting Volley e Medicina applicata allo Sport.

**Tutti i moduli di lezione relativi al giovanile dovranno essere svolti da un Docente che abbia ottenuto la Specializzazione Giovanile.**

## RATIFICA DEL CORSO

Al termine del Corso, il **Comitato Territoriale**, per ottenere la ratifica da parte del **Settore Tecnico FIPAV**, invierà al **Comitato Regionale**, e per conoscenza al Settore Tecnico FIPAV, la seguente documentazione:

- Relazione del Corso a cura del Direttore Didattico
- Elenco nominativo dei partecipanti al Corso
- Elenco degli idonei (con dati anagrafici tramite tesseramento online) e non idonei
- Elenco di coloro che seppur idonei, hanno riportato un "debito formativo" nella parte relativa alla valutazione delle capacità tecniche

Il **Settore Tecnico FIPAV**, ricevuto dal **Comitato Regionale** il materiale del Corso corredato da una relazione tecnica, esaminata e constatata la regolarità dello svolgimento del Corso, provvederà a ratificare lo stesso dandone comunicazione al Comitato Regionale e al Comitato Territoriale.

I verbali d'esame e tutta la documentazione dovranno essere archiviati presso il Comitato Territoriale a disposizione del **Settore Tecnico FIPAV**, nel caso di eventuali delucidazioni o contestazioni.

## ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allievo Allenatore – *1° Livello Giovanile* che risultino idonei all'esame finale acquisiscono la qualifica di **"Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile"** con decorrenza dalla data dell'esame finale. La qualifica di **"Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile"** è definitiva e il suo mantenimento è subordinato all'obbligo di frequenza annuale degli aggiornamenti tecnici previsti per il livello di qualificazione, fino al passaggio alla qualifica successiva. L'abilitazione di **"Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile"** consente di svolgere l'attività tecnica di **Primo Allenatore nei Campionati di Seconda e Terza Divisione e nei Campionati di Categoria in società che svolgono come massimo campionato la Serie D**, e di **Secondo Allenatore nei Campionati di Prima, Seconda, Terza Divisione e serie D e nei Campionati di Categoria in società che svolgono come massimo campionato la Serie B**.

## TIROCINIO

Durante la fase di svolgimento del Corso, ciascun partecipante dovrà svolgere attività certificata presso società affiliate FIPAV, espletando le funzioni di Assistente Allenatore nei Campionati di **Prima, Seconda e Terza Divisione** e nei Campionati di **Categoria**. I Comitati Territoriali metteranno a disposizione dei partecipanti al Corso un elenco di società resesi disponibili ad accogliere le eventuali richieste in merito. Tale tirocinio dovrà essere certificato da almeno 5 presenze sul CAMP3.

## NORME TESSERATIVE

Il **Comitato Territoriale** invierà al Settore Tecnico FIPAV l'autorizzazione allo svolgimento del Corso e relativo elenco partecipanti. Provvederà poi ad aggiornare la pagina online del primo tesseramento inserendo la data di esame. Il Settore Tecnico FIPAV, ricevuta la documentazione, procederà con l'omologazione dei partecipanti, contrassegnandolo come "Praticante". Il tecnico dovrà quindi effettuare il pagamento della quota di primo tesseramento (€ 20,00) esclusivamente con carta di credito, effettuando l'accesso con le proprie credenziali sull'apposita sezione del portale online. Al termine del Corso, il Comitato Territoriale invierà documentazione completa (elenco idonei, relazione finale, richiesta di ratifica, etc) al Settore Tecnico FIPAV. Il **Settore Tecnico FIPAV**, ratificato il corso e constatata la presenza della chiave "S" di avvenuto pagamento, provvederà all'omologa dei primi tesseramenti dei tecnici ritenuti idonei, ed all'eliminazione di coloro ritenuti "non idonei".

## COMPENSI DOCENZE

Il **Direttore Didattico** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 150,00 lordi** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367- ex Legge 342/2000) **una tantum**. I **Docenti, Esperti, Componenti della Commissione d'Esame** del Corso percepiranno un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367- ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali. Il **Presidente della Commissione d'Esame** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 150,00 lordi al giorno** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367- ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali.

**NOTE**

Qualora il Comitato Territoriale, chiamato ad organizzare il “**Corso Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile**”, non riuscisse a raggiungere il numero minimo di iscrizioni per attivare le lezioni, potrà optare tra le seguenti alternative:

- Attivare comunque il Corso, assumendosi l’onere per le minori quote di iscrizione
- Autorizzare coloro che avessero effettuato domanda di iscrizione, a svolgere il Corso presso Sedi Territoriali limitrofe e non

Laddove ragioni di ordine organizzativo lo giustificassero è facoltà delle Consulte Regionali definire l’organizzazione del Corso Allievo Allenatore - *1° Livello Giovanile* in ambito Regionale, a cura del Comitato Regionale ed in stretta collaborazione con i Comitati Territoriali.



# CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO

## 2° LIVELLO GIOVANILE

I Comitati Territoriali, attraverso le strutture preposte e di concerto con il Comitato Regionale di appartenenza, sono invitati ad indire il **“Corso Allenatore di Primo Grado – 2° Livello Giovanile”**.

### INDIZIONE DEL CORSO

Per ottenere l'autorizzazione allo svolgimento del Corso, i **Comitati Territoriali** dovranno inviare al **Comitato Regionale**, la seguente documentazione:

- Pianificazione del programma con date, orari e sedi delle lezioni
- Nominativo del Direttore Didattico
- Importo della quota di iscrizione
- Corpo docente indicato dal Direttore Didattico

Il **Comitato Regionale**, constatata la regolarità, autorizzerà il Corso e darà comunicazione al Comitato Territoriale richiedente e al **Settore Tecnico FIPAV** (via email all'indirizzo [settoretecnico@federvolley.it](mailto:settoretecnico@federvolley.it)) allegando copia di tutta la documentazione.

### DURATA

Il **Corso** è, strutturato su **31 lezioni da 2 ore** per un totale di **62 ore** di formazione, più **4 ore** d'esame, da terminare entro il **30 Giugno**. Entro tale data dovranno svolgersi anche gli esami finali.

### ISCRIZIONI

La **quota di iscrizione al Corso** sarà pari ad una somma pari a **Euro 350,00** stabilita dal Consiglio Federale e 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 15 iscritti**. **La frequenza alle lezioni è obbligatoria**: in caso di assenza i partecipanti, al fine di ottenere la regolare ammissione alla prova di esame, saranno invitati a recuperare le lezioni nell'ambito dei Corsi attivati presso altri Comitati Territoriali. Sono comunque consentite assenze per 3 moduli di lezione (6 ore).

### DIRETTORE DIDATTICO E DOCENZE

Il **Direttore Didattico del Corso** nominato dal Presidente Territoriale, sentito il **Comitato Regionale**, dovrà essere un **Docente Federale**. Il **Direttore Didattico**, sarà il Docente prevalente del Corso ed in più sotto la sua responsabilità, potrà avvalersi di Docenti Federali, Docenti Specialisti ed Esperti esterni per alcuni moduli di lezione. **Tutti i moduli di lezione relativi al giovanile dovranno essere svolti da un Docente che abbia ottenuto la Specializzazione Giovanile.**

## RATIFICA DEL CORSO

Al termine del Corso, il **Comitato Territoriale**, per ottenere la ratifica da parte del Settore Tecnico FIPAV, invierà al **Comitato Regionale**, la seguente documentazione:

- Relazione del Corso a cura del Direttore Didattico
- Elenco nominativo dei partecipanti al Corso
- Elenco degli idonei, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV

Il **Settore Tecnico FIPAV**, ricevuto dal **Comitato Regionale** il materiale del Corso corredato da una relazione tecnica, esaminata e constatata la regolarità dello svolgimento del Corso, provvederà a ratificare lo stesso, aggiornare la qualifica dei tecnici risultati idonei, e darà comunicazione al Comitato Regionale e al Comitato Territoriale. I verbali d'esame e tutta la documentazione dovranno essere archiviati presso il Comitato Territoriale a disposizione del **Settore Tecnico FIPAV**, nel caso di eventuali delucidazioni o contestazioni.

## ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allenatore di Primo Grado – *2° Livello Giovanile* che risultino idonei all'esame finale acquisiscono la qualifica di **“Allenatore di Primo Grado – 2° Livello Giovanile”** 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 qualifica successiva. L'abilitazione di **“Allenatore di Primo Grado – 2° Livello Giovanile”** consente di svolgere l'attività tecnica di **Primo Allenatore nei Campionati di 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.

## NORME TESSERATIVE

A seguito della ratifica del Corso il **Settore Tecnico FIPAV** aggiornerà la qualifica dei Tecnici idonei.

## COMPENSI DOCENZE

Il **Direttore Didattico** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 150,00 lordi** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367- ex Legge 342/2000) **una tantum**. I **Docenti, Esperti, Componenti della Commissione d'Esame** del Corso percepiranno un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367- ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali. Il **Presidente della Commissione d'Esame** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 150,00 lordi al giorno** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367- ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali.

## NOTE

Qualora il Comitato Territoriale, chiamato ad organizzare il **“Corso Allenatore di Primo Grado – 2° Livello Giovanile”**, non riuscisse a raggiungere il numero minimo di iscrizioni per attivare le lezioni, potrà optare tra le seguenti alternative:

- Attivare comunque il Corso, assumendosi l'onere per le minori quote di iscrizione
- Autorizzare coloro che avessero effettuato domanda di iscrizione, a svolgere il Corso presso Sedi Territoriali limitrofe e non

Laddove ragioni di ordine organizzativo lo giustificassero è facoltà delle Consulte Regionali definire l'organizzazione del Corso Allenatori di Primo Grado - *2° Livello Giovanile* in ambito Regionale, a cura del Comitato Regionale ed in stretta collaborazione con i Comitati Territoriali.

# CORSO ALLENATORE DI SECONDO GRADO

## 3° LIVELLO GIOVANILE

I Comitati Regionali, attraverso le strutture preposte e di concerto con il **Settore Tecnico FIPAV**, sono invitati ad indire il “**Corso Allenatore di Secondo Grado – 3° Livello Giovanile**”.

### INDIZIONE DEL CORSO

Per ottenere l'autorizzazione allo svolgimento del Corso, il **Comitato Regionale** dovrà inviare al **Settore Tecnico FIPAV**, la seguente documentazione:

- Pianificazione del Programma con date, orari e sedi delle lezioni
- Nominativo del Direttore Didattico
- Importo della quota di iscrizione
- Corpo docente indicato dal Direttore Didattico

Ottenuta l'autorizzazione da parte del **Settore Tecnico FIPAV**, il Comitato Regionale darà comunicazione ai propri Comitati Territoriali, invitandoli a diffondere la notizia tra i tecnici interessati e a raccogliere le domande di iscrizione al Corso stesso.

### DURATA

Il Corso è strutturato in due fasi: una periodica (32 lezioni-64 ore) e una residenziale (12 lezioni-24 ore), strutturato su un totale di 44 lezioni da 2 ore per un totale di 88 ore di formazione, da distribuire in un arco di tempo di almeno 4 mesi, più 10 ore d'esame.

### ISCRIZIONI

La quota di iscrizione al Corso sarà pari ad una somma di **Euro 900,00** per la parte periodica e residenziale, comprensiva del soggiorno presso la struttura alberghiera che ospiterà il Corso e gli eventuali materiali didattici messi a disposizione dei corsisti. Il Corso, per essere attivato, dovrà prevedere **un minimo di 10 iscritti**. La frequenza alle lezioni è obbligatoria: sono comunque consentite durante la fase periodica assenze per 5 moduli di lezione (10 ore), mentre durante la fase residenziale non sono previste assenze.

### DIRETTORE DIDATTICO E DOCENZE

Il **Direttore Didattico del Corso** deve essere il **Coordinatore Tecnico Regionale**. Il **Direttore Didattico**, sarà uno dei docenti del Corso ed inoltre sotto la sua responsabilità, si avvarrà di Docenti Federali, Docenti Specialisti ed Esperti esterni per alcuni moduli di lezione.

**Tutti i moduli di lezione relativi al giovanile dovranno essere svolti da un Docente che abbia ottenuto la Specializzazione Giovanile.**



## RILEVAMENTO ALLENAMENTI

Gli allenamenti da rilevare devono essere di squadre di serie B scelti individuate dal Comitato Regionale. Nei moduli prestampati messi a disposizione dal Settore Tecnico FIPAV, l'Allenatore rileverà (tramite un breve colloquio con il Tecnico che svolgerà la seduta di allenamento):

- L'obiettivo delle esercitazioni che verranno proposte e la loro sequenzialità nella seduta
- Il contesto programmatico di ogni singolo contenuto della seduta di allenamento (come si colloca nella programmazione dello specifico periodo di lavoro)
- La sequenza descrittiva delle esercitazioni principali proposte utilizzando anche gli appositi spazi e campi riprodotti nei moduli
- 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)

Ogni seduta di allenamento dovrà essere corredata da un commento relativo a:

- Obiettivi degli eventuali interventi del tecnico sulla squadra nel corso della seduta
- Organizzazione della squadra e delle sequenze di lavoro individuali nello svolgimento delle esercitazioni rispetto al tipo di esercitazione proposta (esercitazione analitica, sintetica o globale)
- Correzioni didattiche eventualmente effettuate dall'allenatore sui singoli giocatori e strategia specifica di intervento utilizzata
- Considerazioni (non giudizio) personali generali sull'allenamento rilevato

**Gli elaborati costituiscono materiale di valutazione finale.**

## MATCH ANALYSIS

La rilevazione sarà effettuata su una gara del Campionato Nazionale di Serie B, indicata dal Direttore Didattico del Corso. Gli Allenatori, divisi in coppie, seguiranno, su modelli prestampati messi a disposizione dal Settore Tecnico FIPAV:

- 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 ininfluyente) prestativa di squadra
- Ciascun allenatore i giocatori coinvolti nelle specifiche azioni, della fase di gioco attribuita, per una rilevazione prestativa individuale

Al termine della partita, gli Allenatori, nelle loro sedi, rielaboreranno i dati raccolti verificando:

- Efficienza / positività del giocatore nei vari fondamentali
- Efficienza / positività della squadra nelle varie rotazioni e nei vari sistemi tattici

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).

**Gli elaborati costituiscono documentazione fondamentale per la valutazione finale.**

## RATIFICA DEL CORSO

Al termine del Corso, il **Comitato Regionale**, per ottenere la ratifica, invierà al **Settore Tecnico FIPAV**, la seguente documentazione:

- Relazione del Corso a cura del Direttore Didattico
- Elenco nominativo dei partecipanti al Corso
- Elenco degli idonei, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV

Il **Settore Tecnico FIPAV**, esaminata e constatata la regolarità dello svolgimento del Corso, provvederà a ratificare lo stesso, darà comunicazione al Comitato Regionale e provvederà all'aggiornamento delle qualifiche dei tecnici risultati idonei. I verbali d'esame e tutta la documentazione dovranno essere archiviati presso il Comitato Regionale a disposizione del **Settore Tecnico FIPAV**, nel caso di eventuali delucidazioni o contestazioni.

## ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allenatore di Secondo Grado – *3° Livello Giovanile* che risultino idonei all'esame finale acquisiscono la qualifica di **“Allenatore di Secondo Grado – 3° Livello Giovanile”** con decorrenza dalla data dell'esame finale. Il mantenimento della qualifica di **“Allenatore di Secondo Grado – 3° Livello Giovanile”** è subordinato all'obbligo di frequenza annuale degli aggiornamenti tecnici previsti per il livello di qualificazione, fino al passaggio alla qualifica successiva. L'abilitazione di **“Allenatore di Secondo Grado – 3° Livello Giovanile”** consente di svolgere l'attività tecnica di **Primo Allenatore nei Campionati di Serie B2 femminile, C, D, Prima, Seconda e Terza Divisione e in tutti i Campionati di Categoria, e di Secondo Allenatore nei Campionati di Serie A1, A2, B maschile, B2 e B1 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.

## NORME TESSERATIVE

A seguito della ratifica del Corso il **Settore Tecnico FIPAV** aggiornerà la qualifica dei Tecnici idonei.

## COMPENSI DOCENZE

Il **Direttore Didattico** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 200,00 lordi** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367- ex Legge 342/2000) **una tantum**. I **Docenti, Esperti, Componenti della Commissione d'Esame** del Corso percepiranno un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367- ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali. Il **Presidente della Commissione d'Esame** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 200,00 lordi al giorno** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367- ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali. Sono dunque escluse da questa cifra le eventuali ore di lezione tenute dal Direttore Didattico, che saranno pagate secondo le tariffe sopra indicate.

## NOTE

Qualora il Comitato Regionale, chiamato ad organizzare il **“Corso Allenatore di Secondo Grado – 3° Livello Giovanile”**, non riuscisse a raggiungere il numero minimo di iscrizioni per attivare le lezioni, potrà optare tra le seguenti alternative:

- Attivare comunque il Corso, assumendosi l'onere per le minori quote di iscrizione
- Autorizzare coloro che avessero effettuato domanda di iscrizione, a svolgere il Corso presso Sedi Regionali limitrofe e non

## **CORSO NAZIONALE PER ALLENATORI DI TERZO GRADO**

Il Settore Tecnico FIPAV, indice annualmente il **“Corso Nazionale per Allenatori di Terzo Grado”**.

### **INDIZIONE DEL CORSO E NORME ORGANIZZATIVE**

Tutte le note organizzative relative al Corso Nazionale di Terzo Grado saranno parte integrante di un apposito Bando di indizione.

## **MASTER SPECIALISTICI**

Si tratta di iniziative di formazione, aggiornamento, specializzazione, che possono essere indette in ambito Nazionale, su tematiche specifiche, che non prevedono il rilascio di alcuna abilitazione, ma il riconoscimento di eventuali crediti, stabilite dal Settore Tecnico FIPAV sulla base dei criteri previsti dal Sistema Nazionale delle Qualifiche.

### **INDIZIONE DEL CORSO E NORME ORGANIZZATIVE**

Tutte le note organizzative saranno parte integrante di appositi Bandi.

## **CORSO NAZIONALE PER ESPERTI IN PREPARAZIONE FISICA DELLA PALLAVOLO**

Il Corso Nazionale di Specializzazione, realizzato in collaborazione con la Scuola dello Sport della CONI Servizi SPA, è oggetto di apposito Bando che viene curato annualmente da parte del Settore Tecnico FIPAV.

## **AGGIORNAMENTI**

A dare continuità al percorso formativo illustrato nelle pagine precedenti saranno gli aggiornamenti tecnici annuali (**resi obbligatori**) **secondo il grado di abilitazione di appartenenza**: pertanto, ogni allenatore dovrà partecipare ad aggiornamenti parificati al proprio livello tecnico.

### **ALLIEVO ALLENATORE – 1° LIVELLO GIOVANILE**

I Tecnici in possesso di qualifica di **“Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile”** dovranno frequentare ogni anno **4 Corsi di Aggiornamento** (di cui **2 su argomenti relativi al giovanile stabiliti dal Settore Tecnico FIPAV**) della durata di **minimo 2 ore organizzati dal Comitato Territoriale FIPAV**, salvo diversa indicazione proveniente dalle Consultazioni Regionali.

### **PRIMO GRADO – 2° LIVELLO GIOVANILE**

I Tecnici in possesso della qualifica di **“Allenatore di Primo Grado – 2° Livello Giovanile”** dovranno frequentare ogni anno **2 Corsi di Aggiornamento** della durata di **minimo 2 ore organizzati dal Comitato Territoriale FIPAV**, salvo diversa indicazione proveniente dalle Consultazioni Regionali.

## SECONDO GRADO – 3° LIVELLO GIOVANILE

I Tecnici in possesso della qualifica di “**Allenatore di Secondo Grado – 3° Livello Giovanile**” dovranno frequentare ogni anno **2 Corsi di Aggiornamento della durata di minimo 2 ore organizzati dal Comitato Regionale FIPAV**. **I tecnici con la qualifica di “Allenatore di Secondo Grado – 3° Livello Giovanile” che svolgeranno le funzioni di Primo Allenatore in serie B2** femminile adempiranno all’obbligo di aggiornamento partecipando ad un Corso di Aggiornamento Nazionale o iniziativa organizzata dal Settore Tecnico FIPAV (Workshop, ecc) e ad un Corso di Aggiornamento Regionale. **I tecnici di Secondo Grado – 3° Livello Giovanile” che svolgeranno le funzioni di Secondo Allenatore in serie A1, A2 e B maschile** adempiranno all’obbligo di aggiornamento partecipando ad un Corso di Aggiornamento Nazionale o iniziativa organizzata dal Settore Tecnico FIPAV (Workshop, ecc).

## TERZO GRADO

**I Tecnici che svolgeranno le funzioni di Primo Allenatore in Serie A1 e A2** saranno esonerati dall’obbligo di aggiornamento e saranno invitati a partecipare ad un Incontro Tecnico nell’ambito dell’attività della Squadra Nazionale, organizzato dal Settore Tecnico FIPAV. **I tecnici di Terzo Grado che svolgeranno le funzioni di Secondo Allenatore in serie A1, A2 e B maschile** adempiranno all’obbligo di aggiornamento partecipando ad un Corso di Aggiornamento Nazionale o iniziativa organizzata dal Settore Tecnico FIPAV (Workshop, ecc). **I tecnici di Terzo Grado che svolgeranno le funzioni di Primo Allenatore in serie B1 e B2 femminile e B maschile** adempiranno all’obbligo di aggiornamento partecipando ad un Corso di Aggiornamento Nazionale o iniziativa organizzata dal Settore Tecnico FIPAV (Workshop, ecc) e ad un Corso di Aggiornamento Regionale. **I Tecnici di Terzo Grado che svolgeranno attività Regionale o Territoriale** adempiranno all’obbligo di aggiornamento partecipando ogni anno a **2 Corsi d’Aggiornamento della durata di minimo 2 ore organizzati dal Comitato Regionale FIPAV**.

## COSTO

La quota di iscrizione a ciascun Aggiornamento Territoriale e Regionale sarà pari a **Euro 40,00**

## NORME ORGANIZZATIVE

### ALLIEVI ALLENATORE 1° LIVELLO GIOVANILE – PRIMI GRADO 2° LIVELLO GIOVANILE

Il **Comitato Territoriale** organizza appositi Corsi di Aggiornamento per **Allievi Allenatori - 1° livello giovanile e Allenatori di Primo Grado - 2° livello giovanile**, dovrà richiedere l’autorizzazione al **Comitato Regionale**, almeno 20 giorni prima dello svolgimento, inviando la seguente documentazione:

- Data, orario e sede di svolgimento
- Tema dell’Aggiornamento
- Relatore

Il **Comitato Regionale**, autorizzerà lo svolgimento dell’Aggiornamento e darà comunicazione con allegata copia di tutta la documentazione al **Settore Tecnico FIPAV**. Al termine di ogni Corso di aggiornamento, sarà cura del Comitato Territoriale inserire le date, il tema e il relatore sul tesseramento online, per ciascuno dei tecnici partecipanti.

## SECONDI GRADO 3° LIVELLO GIOVANILE - TERZI GRADO

Il **Comitato Regionale** organizza appositi Corsi di Aggiornamento per **Allenatori di Secondo Grado - 3° livello giovanile e Terzo Grado che svolgono attività territoriale e regionale**; dovrà richiedere l'autorizzazione al **Settore Tecnico FIPAV**, almeno 20 giorni prima dello svolgimento, inviando la seguente documentazione:

- Data, orario e sede di svolgimento
- Tema dell'Aggiornamento
- Relatore

Il **Settore Tecnico FIPAV** autorizzerà lo svolgimento dell'Aggiornamento. Al termine di ogni Corso di aggiornamento, sarà cura del Comitato Regionale inserire le data, il tema e il relatore sul tesseramento online, per ciascuno dei tecnici partecipanti.

## SECONDI GRADO 3° LIVELLO GIOVANILE - TERZI GRADO

### CHE ALLENANO IN SERIE B1 E B2 FEMMINILE E B MASCHILE

Il **Settore Tecnico FIPAV** organizza annualmente il Corso di Aggiornamento Nazionale regolamentato da apposito Bando di indizione, pubblicato sul sito federale [www.federvolley.it](http://www.federvolley.it) nella sezione Settore Tecnico e diffuso attraverso i Comitati periferici e le Società partecipanti ai Campionati Nazionali di Serie B. Sono validi ai fini dell'Aggiornamento Nazionale anche i Workshop organizzati nell'ambito dei collegiali delle squadre nazionali maschili e femminili, regolamentati da apposito bando, pubblicato sul sito federale [www.federvolley.it](http://www.federvolley.it) nella sezione Settore Tecnico e diffuso attraverso i Comitati periferici e le Società partecipanti ai Campionati Nazionali di Serie B. Al termine di ogni Corso di aggiornamento, sarà cura del Settore Tecnico FIPAV inserire le date, il tema e il relatore sul tesseramento online, per ciascuno dei tecnici partecipanti.

## SECONDI GRADO 3° LIVELLO GIOVANILE - TERZI GRADO

### CHE ALLENANO IN SERIE A1 E A2

I tecnici che svolgono le funzioni di Secondo Allenatore e/o di Assistente Allenatore nei Campionati Nazionali di Serie A1 e A2 hanno l'obbligo di partecipazione al Corso di Aggiornamento Nazionale organizzato dal Settore Tecnico FIPAV secondo le modalità già descritte al precedente punto. I tecnici che svolgono le funzioni di Primo Allenatore nei Campionati Nazionali di Serie A1 e A2 sono esonerati dall'obbligo di aggiornamento. Il **Settore Tecnico FIPAV** organizzerà Master di Aggiornamento invitando gli **Allenatori** che svolgono funzioni di Primo Allenatore in serie A1 e A2. Le norme organizzative saranno stabilite contestualmente ad ogni iniziativa organizzata.

**L'obbligo di partecipazione ai 2 Corsi di Aggiornamento non è previsto per quei Tecnici di ogni Grado che nel Corso della Stagione Agonistica abbiano frequentato un Corso Istituzionale per il conseguimento del Grado superiore, prescindendo dal superamento dell'esame finale. La frequenza del Corso infatti è da considerarsi già momento di Aggiornamento.**

## POSIZIONI TRANSITORIE

*valide fino al 30 giugno 2020*

Nei due anni successivi all'approvazione della ristrutturazione dei piani di formazione, il gap sui livelli giovanili mancanti verrà colmato con Corsi di Aggiornamento Giovanile.

- I tecnici Primi Grado – *1° Livello Giovanile* dovranno frequentare il:
  - ◇ 4 moduli di aggiornamento: il Corso, di competenza del Comitato Territoriale, prevede 8 ore di lezione al costo di € 150,00. Una volta frequentato questo Corso sarà possibile iscriversi regolarmente al Nuovo Corso di Allenatore di Secondo Grado *3° Livello Giovanile*
- I tecnici Secondi Grado – *2° Livello Giovanile* dovranno frequentare il:
  - ◇ 4 moduli di aggiornamento: il Corso, di competenza del Comitato Regionale, prevede 8 ore di lezione al costo di € 150,00. Una volta frequentato questo Corso sarà possibile iscriversi regolarmente al Corso di Allenatore di Terzo Grado
- I tecnici Secondi Grado – *1° Livello Giovanile* dovranno frequentare il:
  - ◇ 4 moduli di aggiornamento: il Corso, di competenza del Comitato Territoriale, prevede 8 ore di lezione al costo di € 150,00.
  - ◇ 4 moduli di aggiornamento: il Corso, di competenza del Comitato Regionale, prevede 8 ore di lezione al costo di € 150,00.

Una volta frequentati questi due corsi sarà possibile iscriversi regolarmente al corso di allenatori di 3° grado.

Tali Corsi saranno validi ai fini dell'aggiornamento per la stagione di svolgimento.



## TECNICI OPERANTI ALL'ESTERO

I tecnici che vanno a svolgere la loro funzione di Allenatore in altro Paese Straniero, al fine di mantenere regolare la loro posizione nell'ambito dei quadri tecnici federali, potranno fare richiesta al Settore Tecnico FIPAV di posizionamento FQT per incompatibilità contestualmente al pagamento di una quota forfettaria di € 1000,00 congelando di fatto la propria posizione rispetto a pagamenti annuali e corsi di aggiornamento. Nel momento in cui il tecnico voglia rientrare in Italia, sarà sufficiente formulare al Settore Tecnico FIPAV una richiesta di reintegro nei quadri da FQTI per attività estera: da quel momento ripartiranno i pagamenti delle quote annuali e l'obbligo di partecipazione a Corsi di Aggiornamento come da Regolamenti vigenti.

## RICONOSCIMENTO ALLIEVO ALLENATORE

### *1° LIVELLO GIOVANILE*

## PER DIPLOMATI ISEF E LAUREATI IN SCIENZE MOTORIE

La qualifica di Allievo Allenatore – *1° Livello Giovanile* data la specificità formativa acquisita nel proprio Corso di Studi è rilasciata automaticamente a:

- Studenti delle Università di Scienze Motorie

che abbiano superato con votazione minima di **27/30** (attestata dal docente universitario) l'esame di pallavolo o giochi sportivi con parte specifica di pallavolo e a tutti i:

- Diplomatici ISEF
- Laureati in Scienze Motorie



## PRIMO TESSERAMENTO TECNICI

### **CORSO ALLIEVO ALLENATORE – 1° Livello Giovanile**

Il Comitato Territoriale nel momento della raccolta delle iscrizioni potrà inserire On line, i dati di tutti i partecipanti (usufruendo della possibilità di utilizzare la funzione Export Dati per ottenere un file di excel con le anagrafiche di tutti i partecipanti). I dati da riportare per ciascun tecnico saranno:

- TIPO TECNICO: “1-Allenatore”
- DATA ESAME: (presunta data di svolgimento della sessione di esame come da programmazione del corso presentata all’atto della richiesta di autorizzazione al CR FIPAV)
- CODICE FISCALE
- COGNOME e NOME - INDIRIZZO – CAP – LOCALITÀ – TELEFONO
- INDIRIZZO EMAIL (campo non obbligatorio, ma comunque consigliato)

Una volta inseriti i tecnici partecipanti al Corso, nella sezione relativa al Primo Tesseramento Online, il Comitato Territoriale ne darà comunicazione al Settore Tecnico FIPAV via email all’indirizzo [settoretecnico@federvolley.it](mailto:settoretecnico@federvolley.it) per l’attivazione della matricola temporanea, inviando allo stesso tempo la richiesta di autorizzazione allo svolgimento del Corso e l’elenco dei partecipanti.

Il Settore Tecnico FIPAV, verificata la documentazione, procederà all’omologa degli Allievi Allenatori Praticanti, i quali potranno poi procedere al pagamento della quota di primo tesseramento tecnici pari a Euro 20,00 ed alla sottoscrizione del Modello M cartaceo, che poi rimarrà agli atti del Comitato Territoriale, in quanto documento di accettazione del Primo Tesseramento. Al termine del Corso, il CT FIPAV, invierà tutta la documentazione al CR FIPAV per la ratifica del Corso e al Settore Tecnico FIPAV l’elenco degli idonei e dei non idonei.

Il CR FIPAV trasmetterà tutta la documentazione al Settore Tecnico FIPAV contestualmente al parere favorevole per la ratifica. Il Settore Tecnico FIPAV, analizzata tutta la documentazione e, verificatane la regolarità, ratifica il corso e procede all’”omologa” del tesseramento dei tecnici che sono risultati idonei e all’eliminazione di coloro ritenuti “non idonei”.

Sarà importante inviare insieme alla documentazione per la ratifica, l’elenco dei tecnici risultati idonei e non idonei, al fine di confrontarlo con i nominativi presenti On Line. Si ricorda che ai fini del calcolo dell’anzianità, farà fede la data di svolgimento dell’esame, riportata dal CT FIPAV all’atto dell’inserimento; come data di tesseramento farà fede quella della lettera di ratifica del corso.

## RICONOSCIMENTO QUALIFICA PER “TITOLO ACCADEMICO”

In base ai vigenti regolamenti è previsto il riconoscimento della qualifica di Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile:

- Per gli studenti delle facoltà Universitarie di Scienze Motorie che abbiano superato entro i due anni precedenti, l'esame di pallavolo, (o giochi sportivi parte di pallavolo), con votazione superiore o uguale a 27/30
- Per i diplomati ISEF o i laureati in Scienze Motorie (senza alcun limite di tempo)

Il Comitato Territoriale FIPAV, raccoglie la documentazione necessaria per il primo tesseramento (certificato d'esame o di diploma/laurea, bollettino di pagamento della quota di primo tesseramento tecnici pari a Euro 70,00 [CCP 598011 – FEDERAZIONE ITALIANA PALLAVOLO – CAUSALE 05 – Cognome e nome]) e fa compilare e sottoscrivere il Modulo M cartaceo che rimarrà agli atti del CT FIPAV come attestazione di accettazione del Tesseramento Federale. Il Comitato Territoriale inserisce On Line il nominativo e i dati del richiedente, “fleggando” anche l'avvenuto pagamento, ed indicando “I” nel campo note riferito alla ragione del riconoscimento, ed indicando la qualifica riconosciuta, riportando:

- TIPO TECNICO “1-Allenatore”
- DATA ESAME (Data dell'inserimento dei dati On Line)
- CODICE FISCALE
- COGNOME e NOME - INDIRIZZO – CAP – LOCALITÀ – TELEFONO
- INDIRIZZO EMAIL (campo non obbligatorio, ma comunque consigliato)

Una volta inserito il tecnico confluisce in un elenco che si posizionerà in una situazione di standby, fino alla omologa da parte del Settore Tecnico FIPAV.

Il CT FIPAV trasmette la documentazione (certificato d'esame o di diploma/laurea, bollettino di pagamento della quota di primo tesseramento tecnici pari a Euro 70,00 [CCP 598011 – FEDERAZIONE ITALIANA PALLAVOLO – CAUSALE 05 – Cognome e nome] e copia del Modulo M di Primo Tesseramento) via email (scannerizzando i documenti) all'indirizzo [settoretecnico@federvolley.it](mailto:settoretecnico@federvolley.it).

Il Settore Tecnico, analizzata tutta la documentazione e verificatane la regolarità, provvede all'“omologa” del tesseramento del tecnico. Si ricorda che ai fini del calcolo dell'anzianità, farà fede la data di Primo tesseramento; come data di tesseramento farà fede quella di omologa da parte del Settore Tecnico FIPAV.

## RICONOSCIMENTO QUALIFICA PER “MERITI SPORTIVI”

In base ai vigenti regolamenti è previsto il riconoscimento della qualifica di Allenatore, nei suoi diversi gradi, per meriti sportivi, presentando al Settore Tecnico FIPAV idonea richiesta da parte dell'atleta. Il Settore Tecnico FIPAV, analizzata la richiesta, verificata la documentazione e la veridicità della stessa, provvede con lettera ufficiale al riconoscimento della qualifica prevista, inviandola anche al CT FIPAV di competenza e per conoscenza al CR FIPAV di competenza. Il Comitato Territoriale FIPAV fa compilare e sottoscrivere il Modulo M cartaceo che rimarrà agli atti del CT FIPAV come attestazione di accettazione del Tesseramento Federale a cui allega il bollettino di pagamento della quota di primo tesseramento tecnici pari a quanto previsto per la qualifica riconosciuta [CCP 598011 – FEDERAZIONE ITALIANA PALLAVOLO – CAUSALE 05 – Cognome e nome]. Il Comitato Territoriale inserisce On Line il nominativo e i dati del richiedente, “fleggando” anche l'avvenuto pagamento ed indicando “M” nel campo note riferito alla ragione del riconoscimento, ed inserendo la qualifica riconosciuta, riportando:

- TIPO TECNICO “1-Allenatore”
- DATA ESAME (Data dell’inserimento dei dati On Line)
- CODICE FISCALE
- COGNOME e NOME - INDIRIZZO – CAP – LOCALITÀ – TELEFONO
- INDIRIZZO EMAIL (campo non obbligatorio, ma comunque consigliato)

Una volta inserito il tecnico confluisce in un elenco che si posizionerà in una situazione di standby, fino alla omologa da parte del Settore Tecnico FIPAV. Il CT FIPAV trasmette la documentazione (bollettino di pagamento della quota di primo tesseramento tecnici pari a quanto previsto per la qualifica riconosciuta [CCP 598011 – FEDERAZIONE ITALIANA PALLAVOLO – CAUSALE 05 – Cognome e nome] e copia del Modulo M di Primo Tesseramento) via email (scannerizzando i documenti) all'indirizzo [settoretecnico@federvolley.it](mailto:settoretecnico@federvolley.it). Il Settore Tecnico FIPAV, analizzata tutta la documentazione e verificatane la regolarità, provvede all'“omologa” del tesseramento del tecnico, inserendo la qualifica riconosciuta. Si ricorda che ai fini del calcolo dell'anzianità, farà fede la data di Primo tesseramento; come data di tesseramento farà fede quella di omologa da parte del Settore Tecnico FIPAV.



# **FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI: GUIDA ALLA VALUTAZIONE**

QUADRIENNIO OLIMPICO  
2017/2020

# CORSO ALLIEVO ALLENATORE

## 1° LIVELLO GIOVANILE

### VALUTAZIONE INIZIALE

In apertura del Corso sarà somministrato agli iscritti un questionario volto a definire il livello delle conoscenze iniziali dei partecipanti stessi. Il questionario, a cura del Direttore Didattico del Corso, sarà composto da 20 domande a risposta multipla (una sola corretta) così distribuite per macroargomenti:

- 10 domande: area tecnico-motoria
- 5 domande: area metodologica
- 5 domande: preparazione fisica

### VALUTAZIONE FINALE

La valutazione finale sarà espressa in 100/100 così suddivisi:

- 40/100 Valutazione tecnico – pratica in itinere:
  - 25/100 capacità tecniche
  - 15/100 capacità di conduzione
- 25/100 Prova scritta con sbarramento
  - Il questionario dovrà essere somministrato durante l'ultima lezione del Corso
  - Le domande, a risposta chiusa con 3/4 opzioni di risposta, riguarderanno argomenti trattati dai Docenti del Corso
  - I criteri di attribuzione del punteggio sono i seguenti:
    - ◇ Risposta esatta: +1
    - ◇ Risposta errata: -1
    - ◇ Risposta non data: 0
  - Il punteggio ottenuto nel questionario sarà strutturato nel modo seguente:
    - ◇ 0-10 punti: sbarramento non superato, obbligatorio ripetere la prova
    - ◇ 11-15 punti: necessario approfondire le tematiche oggetto della prova
    - ◇ 16-24 punti: sbarramento superato
    - ◇ 25 punti: esonero per la parte relativa alle domande sul questionario della prova orale e conseguimento di 15 punti
- 35/100 Prova orale da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario
  - 15/100 domande relative al questionario (esonero nel caso in cui il punteggio riportato nel questionario sia 25/100)
  - 20/100 domande a discrezione del Docente

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in 60/100.

## RICONOSCIMENTO CREDITI SPORTIVI

Coloro i quali, per almeno una stagione nel corso degli ultimi 8 anni, hanno partecipato come atleti a campionati di serie A e B hanno diritto al riconoscimento di un credito di 25/100 relativo alle capacità tecniche, e quindi all'esonero dalla valutazione in itinere per questa parte della valutazione tecnico – pratica in itinere.

## COMMISSIONE D'ESAME

La Commissione d'esame sarà composta da un **Presidente-Docente Federale**, nominato dal **Comitato Regionale** e da **2 componenti** (il Direttore Didattico ed un Docente Federale). Almeno un componente della Commissione dovrà possedere la Specializzazione Giovanile. Il Segretario della Commissione d'Esame sarà nominato dal Comitato Territoriale.

## COMPENSI DOCENZE

Il **Direttore Didattico** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 150,00 lordi** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367 – ex Legge 342/2000) **una tantum**. I **Docenti, Esperti, Componenti della Commissione d'Esame** del Corso percepiranno un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367 – ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali. Il **Presidente della Commissione d'Esame** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 150,00 lordi al giorno** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367 – ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali.



# CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO

## 2° LIVELLO GIOVANILE

### VALUTAZIONE FINALE

La valutazione finale sarà espressa in 100/100 così suddivisi:

- 40/100 Valutazione tecnico – pratica in itinere:
  - 20/100 capacità tecniche
  - 20/100 capacità di conduzione
- 25/100 Prova scritta con sbarramento
  - Il questionario dovrà essere somministrato durante l'ultima lezione del Corso
  - Le domande, a risposta chiusa con 3/4 opzioni di risposta, riguarderanno argomenti trattati dai Docenti del Corso
  - I criteri di attribuzione del punteggio sono i seguenti:
    - ◇ Risposta esatta: +1
    - ◇ Risposta errata: -1
    - ◇ Risposta non data: 0
  - Il punteggio ottenuto nel questionario sarà strutturato nel modo seguente:
    - ◇ 0-10 punti: sbarramento non superato, obbligatorio ripetere la prova
    - ◇ 11-15 punti: necessario approfondire le tematiche oggetto della prova
    - ◇ 16-24 punti: sbarramento superato
    - ◇ 25 punti: esonero per la parte relativa alle domande sul questionario della prova orale e conseguimento di 15 punti
- 35/100 Prova orale da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario
  - 15/100 domande relative al questionario (esonero nel caso in cui il punteggio riportato nel questionario sia 25/100)
  - 20/100 domande a discrezione del Docente

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in 60/100.

## RICONOSCIMENTO CREDITI SPORTIVI

Coloro i quali, per almeno una stagione nel corso degli ultimi 8 anni, hanno partecipato come atleti a campionati di serie A e B hanno diritto al riconoscimento di un credito di 20/100 relativo alle capacità tecniche, e quindi all'esonero dalla valutazione in itinere per questa parte della valutazione tecnico – pratica in itinere.

## COMMISSIONE D'ESAME

La Commissione d'esame sarà composta da un **Presidente-Docente Federale**, nominato dal **Comitato Regionale** e da **2 componenti** (il Direttore Didattico ed un Docente Federale). Almeno un componente della Commissione dovrà possedere la Specializzazione Giovanile. Il Segretario della Commissione d'Esame sarà nominato dal Comitato Territoriale.

## COMPENSI DOCENZE

Il **Direttore Didattico** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 150,00 lordi** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367 – ex Legge 342/2000) **una tantum**. I **Docenti, Esperti, Componenti della Commissione d'Esame** del Corso percepiranno un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367 – ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali. Il **Presidente della Commissione d'Esame** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 150,00 lordi al giorno** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367 – ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali



# CORSO ALLENATORE DI SECONDO GRADO

## 3° LIVELLO GIOVANILE

### VALUTAZIONE FINALE

La valutazione finale sarà espressa in 100/100 così suddivisi:

- 25/100 Prova scritta con sbarramento
  - Il questionario dovrà essere somministrato durante l'ultima lezione del Corso
  - Le domande, a risposta chiusa con 3/4 opzioni di risposta, riguarderanno argomenti trattati dai Docenti del Corso
  - I criteri di attribuzione del punteggio sono i seguenti:
    - ◇ Risposta esatta: +1
    - ◇ Risposta errata: -1
    - ◇ Risposta non data: 0
  - Il punteggio ottenuto nel questionario sarà strutturato nel modo seguente:
    - ◇ 0-10 punti: sbarramento non superato, obbligatorio ripetere la prova
    - ◇ 11-15 punti: necessario approfondire le tematiche oggetto della prova
    - ◇ 16-24 punti: sbarramento superato
    - ◇ 25 punti: esonero per la parte relativa alle domande sul questionario della prova orale e conseguimento di 15 punti
- 5/100 Elaborato Rilevamento Allenamenti
- 5/100 Elaborato Match Analysis
- 5/100 Elaborato Finale
- 25/100 Capacità di conduzione
- 35/100 Prova orale da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario
  - 15/100 domande relative al questionario (esonero nel caso in cui il punteggio riportato nel questionario sia 25/100)
  - 20/100 domande a discrezione del Docente

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in 60/100.

## COMMISSIONE D'ESAME

La Commissione d'esame sarà composta da un **Presidente-Docente Federale**, nominato dal **Comitato Regionale** e da **2 componenti** (il Direttore Didattico ed un Docente Federale). Almeno un componente della Commissione dovrà possedere la Specializzazione Giovanile. Il Segretario della Commissione d'Esame sarà nominato dal Comitato Territoriale.

## COMPENSI DOCENZE

Il **Direttore Didattico** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 200,00 lordi** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367 – ex Legge 342/2000) **una tantum**. I **Docenti, Esperti, Componenti della Commissione d'Esame** del Corso percepiranno un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367 – ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali. Il **Presidente della Commissione d'Esame** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 200,00 lordi al giorno** (regime fiscale Legge di Bilancio 2018, comma 367 – ex Legge 342/2000) **più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali. Sono dunque escluse da questa cifra le eventuali ore di lezione tenute dal Direttore Didattico, che saranno pagate secondo le tariffe sopra indicate.



## CORSO ALLENATORE DI TERZO GRADO

### VALUTAZIONE FINALE

La valutazione finale sarà espressa in 100/100 così suddivisi:

- 25/100 Prova scritta
  - Il questionario dovrà essere somministrato durante l'ultima lezione del Corso
  - Le domande, a risposta chiusa con 3/4 opzioni di risposta, riguarderanno argomenti trattati dai Docenti del Corso
  - I criteri di attribuzione del punteggio sono i seguenti:
    - ◇ Risposta esatta: +1
    - ◇ Risposta errata: -1
    - ◇ Risposta non data: 0
- 25/100 Capacità di conduzione
- 5/100 Project Work
- 5/100 Video
- 40/100 Prova orale
  - 20/100 Parte Tecnica
  - 20/100 Parte Generale

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in 60/100.

