



**FEDERAZIONE ITALIANA PALLAVOLO
COMITATO TERRITORIALE BOLOGNA**

Via di Corticella 180/4 - 40128 Bologna

Tel. 051/355121 - Fax 051/361423

Sito web: www.bologna.federvolley.it

Bologna, 10/11/2021

Prot. 57/2122

A tutti gli Allievi Allenatore

A tutte le società affiliate

**OGGETTO: INDIZIONE CORSO ALLENATORE PRIMO GRADO - Stagione Sportiva
2021/22**

Il Settore Tecnico del Comitato Territoriale FIPAV di Bologna organizza un corso abilitante per Allenatore di Primo Grado – Secondo Livello Giovanile.

PREMESSA

L'Iter Formativo dei Quadri Allenatori della Federazione Italiana Pallavolo si articola su 4 livelli di abilitazione che includono gli ambiti di competenza "giovanile". Il secondo livello di formazione è appunto quello di Primo Grado che ha come tema ispiratore "La pianificazione dell'allenamento e la didattica delle dinamiche del gioco".

Gli obiettivi sono:

- Capacità di costruire un protocollo di lavoro attraverso esercitazioni predefinitee 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 gli 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

REQUISITI

Possono partecipare al corso abilitante di Primo Grado tutti i tecnici con qualifica Allievo Allenatore ritesserati e in regola con i corsi di aggiornamento.

Per accedere alle lezioni pratiche in palestra è necessario:

- Green Pass
- Certificato Medico di idoneità sportiva NON agonistica

Il certificato medico deve essere presentato in copia entro la scadenza dell'iscrizione al corso. È altresì accettato un Certificato Medico di idoneità sportiva agonistica. La mancanza di questo documento non permette la frequenza al corso.

Le attuali disposizioni per l'accesso in palestra richiedono un green pass valido e temperatura corporea sotto i 37,5°C. Per la durata del corso verranno comunque aggiornati requisiti per l'accesso in base alle eventuali prossime disposizioni.

STRUTTURA DEL CORSO

Il Corso è strutturato su 31moduli di lezione da 2 ore in presenza o da 1,5 ore online così suddivise:

- 5 Teoria e Metodologia dell'Allenamento
- 19 Didattica, Tecnica e Pratica dell'allenamento o 1 Cenni di Preparazione Fisica per la pallavolo
- 2 Medicina applicata allo Sport
- 2 Scouting e Match Analysis
- 1 Regolamento e Tecnica Arbitrale
- 1 Sitting Volley

Data/Ora	Docente	Modulo	Luogo
05/12/2021 15:00-18:00	Prof. Bonfatti	Mod. 1 - La seduta di allenamento tecnico - tattico Mod.2 – L'esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico-tattico	Webinar Piattaforma Zoom
12/12/2021 15:00-19:00	Prof.ssa Rivolta	Mod. 6 - Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di alzata Mod. 7 - Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di ricezione	PalaMargelli Via di Corticella 180/4 40129 Bologna (BO)

19/12/2021 15:00-18:00	Prof. Pellizzoni	Mod. 28 - Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite Mod. 29 - Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra	Webinar Piattaforma Zoom
16/01/2022 15:00-18:00	Prof. Rossetti Prof. Bucella	Mod. 26 - Fisiologia riferita al carico di lavoro e agli adattamenti conseguenti Mod. 27 - Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico	Webinar Piattaforma Zoom
23/01/2022 09:00-13:00	Prof. Palladino	Mod. 11 - Contenuti dell'allenamento specifico dell'alzatore Mod. 15 - Contenuti dell'allenamento specifico del libero	PalaMargelli Via di Corticella 180/4 40129 Bologna (BO)
30/01/2022 14:00-18:45	Arbitro Prof. Merli	Mod. 30 - Approfondimenti sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale Mod. 4 - La gestione del gruppo	Webinar Piattaforma Zoom
06/02/2022 15:00-19:00	Prof. Ardizzoni	Mod. 8 - L'attacco secondo i modelli esecutivi caratteristici dei vari ruoli Mod. 14 - Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto	PalaMargelli Via di Corticella 180/4 40129 Bologna (BO)
13/02/2022 15:00-18:00	Prof. Bicego	Mod. 3 - La forza nella pallavolo Mod. 5 - La valutazione	Webinar Piattaforma Zoom
20/02/2022 17:00-19:00	Prof.ssa Rivolta	Mod. 10 - Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche per gli interventi difensivi	PalaMargelli Via di Corticella 180/4 40129 Bologna (BO)

27/02/2022 15:00-18:00	Prof. Molinari	Mod. 23 - Criteri di differenziazione metodologica tra esercizi per allenare l'azione di cambio palla e l'azione di ricostruzione o di transizione Mod. 24 - L'allenamento tattico attraverso il gioco	Webinar Piattaforma Zoom
06/03/2022 15:00-19:00	Prof.ssa Rivolta Prof. Bicego	Mod.12 - Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante Mod. 25 - Protocolli per l'allenamento della forza	PalaMargelli Via di Corticella 180/4 40129 Bologna (BO)
13/03/2022 15:00-19:00	Prof.ssa Rivolta Prof. Molinari	Mod. 9 - Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di muro Mod. 31 - Il Sitting Volley	PalaMargelli Via di Corticella 180/4 40129 Bologna (BO)
20/03/2022 9:00-13:00	Prof. Palladino	Mod. 16 - L'esercizio di battuta-ricezione e l'allenamento del sistema di ricezione Mod. 17 - L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla	PalaMargelli Via di Corticella 180/4 40129 Bologna (BO)
27/03/2022 15:00-19:00	Prof. Ardizzoni	Mod. 13 - Contenuti dell'allenamento specifico del centrale Mod. 18 - L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro	PalaMargelli Via di Corticella 180/4 40129 Bologna (BO)
03/04/2022 9:00-13:00	Prof. Palladino	Mod. 19 - Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione Mod. 20 - Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco e contro muro	PalaMargelli Via di Corticella 180/4 40129 Bologna (BO)
10/04/2022 15:00-19:00	Prof. Ardizzoni	Mod. 21 - L'allenamento dei sistemi di difesa e contrattacco Mod. 22 - L'allenamento dei sistemi di copertura e contrattacco	PalaMargelli Via di Corticella 180/4 40129 Bologna (BO)

FREQUENZA

La frequenza al corso è obbligatoria. Sono comunque consentite assenze per un massimo di 3 moduli di lezione.

ESAME FINALE

Le modalità dell'esame che sarà sia pratico che teorico verranno comunicate successivamente.

ABILITAZIONE

Un Allenatore di Primo Grado Secondo Livello Giovanile è ABILITATO a svolgere le seguenti funzioni:

- PRIMO ALLENATORE nei campionati di 1°, 2° e 3° Divisione ed in TUTTI i campionati di Categoria;
- SECONDO ALLENATORE nei campionati di Serie B2F, C, D, 1°, 2° e 3° Divisione ed in TUTTI i campionati di Categoria;

ISCRIZIONE

La scadenza delle iscrizioni è fissata per VENERDÌ 3 Dicembre 2021 entro le ore 20,00

Il costo del corso PRIMO GRADO è di € 350,00 (trecentocinquanta euro/00).

Il versamento potrà essere effettuato

- sul c/c postale n. 10487403 intestato a Federazione Italiana Pallavolo – Comitato Territoriale Bologna – Via di Corticella 180/4 – Bologna
- tramite bonifico bancario utilizzando il seguente codice IBAN: IT55Q0100502402000000201005 con causale: "COGNOME NOME – ISCRIZIONE PRIMO GRADO 2021-22".

L'iscrizione al corso deve essere effettuata tramite compilazione del form al link:

<https://forms.gle/wSSbFqKWfDzXw9RM9>

La domanda di partecipazione dei corsisti verrà accettata solo a seguito della ricezione della copia di avvenuto pagamento (bonifico o bollettino) all'indirizzo allenatori.bologna@federvolley.it

Il Comitato si riserva una collaborazione con comitati limitrofi nel caso in cui il numero di iscritti sia inferiore a 10. Verrà richiesta nel caso ulteriore conferma di partecipazione.

RIFERIMENTI

Per qualsiasi dubbio o chiarimento relativo al Corso è possibile contattare il Fiduciario Territoriale Dott.ssa Rivolta Claudia all'indirizzo allenatori.bologna@federvolley.it

Il Responsabile Allenatori
Dott.ssa Claudia Rivolta