

LA GUIDA per la FORMAZIONE dei QUADRI TECNICI



AREA SVILUPPO E TECNICO SPORTIVA - SETTORE FORMAZIONE



LA GUIDA

PER LA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI

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

2024-2028

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

2024-2028

INDICE



PIANI DI STUDIO PER LA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI

Obiettivi Formativi Strategici	Pagina 7
Filosofia del Percorso	Pagina 8
Ambiti di Competenza dell'Allenatore	Pagina 8
Struttura dei programmi	Pagina 10
I programmi dei corsi allenatori	Pagina 11
Qualifiche e abilitazioni	Pagina 12
Norme organizzative corsi istituzionali	Pagina 13
Corso Allievo Allenatore ON	Pagina 13
Corso Allenatore Primo Grado "Agevolato" (per Allievi 23-24)	Pagina 20
Corso Allenatore Primo Grado ON (per Allievi ON)	Pagina 26
Corso Allenatore Secondo Grado	Pagina 35

GUIDA ORGANIZZATIVA AI CORSI PER LA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI

Corso Allievo Allenatore ON	Pagina 47
Corso Allenatore Primo Grado "Agevolato" (per Allievi 23-24)	Pagina 51
Corso Allenatore Primo Grado ON (per Allievi ON)	Pagina 55
Corso Allenatore Secondo Grado	Pagina 58
Corso Nazionale Allenatori Terzo Grado	Pagina 60
Aggiornamenti Allenatori	Pagina 60

FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI: GUIDA ALLA VALUTAZIONE

Corso Allievo Allenatore ON	Pagina 65
Corso Allenatori Primo Grado "Agevolato" e "ON"	Pagina 67
Corso Allenatore Secondo Grado	Pagina 69
Corso Allenatore Terzo Grado	Pagina 71
Tabella Riassuntiva delle Valutazioni	Pagina 71
Indicazioni per Esami Orali	Pagina 72

PIANI DI STUDIO PER LA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI

2024-2028

OBIETTIVI FORMATIVI STRATEGICI

- Far conoscere e apprendere le metodiche di sviluppo delle abilità motorie, tecniche e tattiche
- Far conoscere e apprendere le modalità esecutive delle tecniche nei diversi fondamentali di gioco
- 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 riferibili, in diversa misura, agli obiettivi precedentemente citati.

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, quindi attraverso il Corso Allievo Allenatore pianificato con una struttura formativa prettamente pratica e sviluppata in palestra ...
- ... al protocollo di allenamento costruito in modo autonomo, in relazione all'obiettivo concreto e contingente, perseguito nel Corso Allenatori di Primo Grado attraverso un'equilibrata distribuzione di pratica, utilizzando esercitazioni predefinite per costruire protocolli efficaci, e una basilare formazione teorica di conoscenze complementari necessarie a qualificare l'operatività dell'allenatore ...
- ... al protocollo di allenamento creato e sperimentato, adattato alle situazioni contingenti e individualizzato per ogni singolo giocatore, come certificazione di adeguata autonomia programmatica conseguita nel Corso Allenatori di Secondo Grado.

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

SVILUPPO TECNICO

- ALLIEVO ALLENATORE:
 - 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
- 1° GRADO:
 - La tecnica analizzata, compresa e corretta attraverso protocolli di intervento adeguati e strategie applicate alla prassi dell'allenamento
- 2° GRADO:
 - La stabilizzazione delle tecniche attraverso il lavoro cosiddetto di sintesi e di 6 contro 6

SVILUPPO TATTICO

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

PREPARAZIONE FISICA

- ALLIEVO ALLENATORE:
 - Creazione dei presupposti
 - Stabilizzazione statica dell'asse corporeo
 - Costruzione dell'accosciata completa
 - Gradi di libertà articolari della spalla e stabilizzazione
- 1° GRADO:
 - Sviluppo della capacità di massima espressione della forza:
 - ◇ La prevenzione, impegno e dovere di chi allena
- 2° GRADO:
 - 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
- Master specialistici monotematici o pluritematici di carattere NAZIONALE.

Il Settore Formazione FIPAV provvede:

- A redigere 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 Formazione FIPAV, devono essere ratificati dal Settore Formazione 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
Allievo Allenatore O.N.	Abilitazione: <u>PRIMO ALLENATORE</u> 2 ^a - 3 ^a Divisione Tutti i campionati di categoria U13 U14 U15 <u>SECONDO ALLENATORE</u> 1 ^a - 2 ^a - 3 ^a Divisione Tutti i campionati di categoria	Validità 2 stagioni	X					
4 Aggiornamenti annuali (di cui 2 a titolo obbligatorio "giovani") fino al conseguimento del 1° Grado								
Allievo Allenatore 2023-24	Abilitazione: <u>PRIMO ALLENATORE</u> 2 ^a - 3 ^a Divisione Tutti i campionati di categoria fino al 2025-26 Campionati di categoria U13 U14 U15 dal 2026-27 <u>SECONDO ALLENATORE</u> 1 ^a - 2 ^a - 3 ^a Divisione Tutti i campionati di categoria	Permanente	X					
4 Aggiornamenti annuali (di cui 2 a titolo obbligatorio "giovani") fino al conseguimento del 1° Grado								
Allenatore Primo Grado	Abilitazione: <u>PRIMO ALLENATORE</u> 1 ^a - 2 ^a - 3 ^a Divisione Tutti i campionati di categoria <u>SECONDO ALLENATORE</u> 1 ^a - 2 ^a - 3 ^a Divisione – Serie D, C, B2 femminile Tutti i campionati di categoria	Permanente		X				
2 Aggiornamenti annuali fino al conseguimento del 2° Grado								
Allenatore Secondo Grado	Abilitazione: <u>PRIMO ALLENATORE</u> 1 ^a - 2 ^a - 3 ^a Divisione, Serie D, C, B2 femminile Tutti i campionati di categoria <u>SECONDO ALLENATORE</u> 1 ^a - 2 ^a - 3 ^a Divisione, Serie D, C, B2 e B1 femminile, B maschile, A2 e A1 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		
Allenatore Terzo Grado	Abilitazione: <u>PRIMO ALLENATORE</u> 1 ^a - 2 ^a - 3 ^a Divisione, Serie D, C, B2 e B1 femminile, B maschile, A2 e A1 Tutti i campionati di categoria <u>SECONDO ALLENATORE</u> 1 ^a - 2 ^a - 3 ^a Divisione, Serie D, C, B2 e B1 femminile, B maschile, A2 e A1 Tutti i campionati di categoria	Permanente					X	
2 Aggiornamenti regionali/nazionali in base al campionato svolto								X

Nota bene: lo schema sopra riportato è puramente riassuntivo; fa riferimento ufficiale la guida pratica di ogni singola stagione agonistica.

NORME ORGANIZZATIVE CORSI ISTITUZIONALI

I corsi istituzionali per la formazione delle figure tecniche FIPAV riprenderanno ad essere svolti esclusivamente in presenza.

CORSO ALLIEVO ALLENATORE ON NUOVO ORDINAMENTO

TEMA ISPIRATORE

- La **prassi dell'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 strategie per lo sviluppo della **motricità finalizzata**

PROGRAMMA DEL CORSO

TIPO DEL CORSO

- Il Corso è strutturato su 15 lezioni da 2 ore per un totale di 30 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:

○ 1	Elementi di Motricità	Totale ore: 2
○ 2	Teoria e Metodologia dell'Allenamento e Sviluppo del Gioco	Totale ore: 4
○ 8	Didattica delle Tecniche e Pratica dell'Allenamento	Totale ore: 16
○ 2	Didattica di Specializzazione	Totale ore: 4
○ 1	Sistemi di Allenamento	Totale ore: 2
○ 1	Regolamento e Tecnica Arbitrale	Totale ore: 2

Possono partecipare al Corso "Allievo Allenatore ON" 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 "Allievo Allenatore ON" attivati presso altri Comitati Territoriali. Sono comunque consentite assenze per 1 moduli di lezione (2 ore).

PIANO DI STUDI

PREPARAZIONE MOTORIA

MOD.1 – (Pr.Mot) MODULO TEORICO:

Presupposti motori che qualificano le tecniche pallavolistiche

CONTENUTI

- L'**accelerazione** e la **decelerazione**
- La **gestione del disequilibrio**
- La **lateralizzazione** delle reazioni motorie e dei movimenti finalizzati
- La previsione **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

TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO SVILUPPO DELLA CAPACITÀ DI GIOCO

MOD.2 – (Metod1 - Sv.Gio1) MODULO TEORICO / PRATICO:

Il sistema di gioco e l'allenamento tecnico-tattico attraverso il gioco

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
- 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**

MOD.3 – (Metod2) MODULO TEORICO:

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 13/15 anni: la **didattica del movimento** e il **controllo della palla**
 - ◇ Fascia 14/17 anni: l'**identificazione del ruolo** e l'approccio alla **didattica in situazione** specifica
 - ◇ Fascia 16/19 anni: l'**allenamento specialistico** per lo sviluppo del ruolo e l'**allenamento esclusivo delle dinamiche del gioco**

DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO

MOD.4 – (Did.Te1) MODULO PRATICO:

La didattica del palleggio per l'impostazione delle tecniche di alzata

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
- Sviluppo della **neutralità nell'approccio** all'alzata
- Il riferimento al **bersaglio**
 - ◇ La gestione delle **traiettorie avanti**
 - ◇ La gestione delle **traiettorie dietro**
- **Palleggio in salto**: tecniche e criteri di utilizzo
- 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**



MOD.5 – (Did.Te2) MODULO PRATICO:

La didattica del bagher per l'impostazione delle principali tecniche di ricezione

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
- 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

MOD.6 – (Did.Te3) I colpi per attaccare il campo avversario – MODULO PRATICO:

La didattica della schiacciata 1

CONTENUTI

- L'impostazione della **sequenza motoria**
 - ◊ La **linea di rincorsa** e la **frontalità allo stacco**
 - ◊ L'ampiezza del **passo di stacco** e la **verticalizzazione del salto** d'attacco
 - ◊ L'**accelerazione** allo stacco
 - ◊ La **prevenzione del disequilibrio** in volo
 - ◊ L'**anticipo** del colpo rispetto all'apice del salto

MOD.7 – (Did.Te4) I colpi per attaccare il campo avversario – MODULO PRATICO:

La didattica della schiacciata 2

CONTENUTI

- 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**

MOD.8 – (Did.Te5) I colpi per attaccare il campo avversario – MODULO PRATICO:

La differenziazione delle tecniche di attacco secondo i modelli esecutivi caratteristici dei vari ruoli

CONTENUTI

- **Le caratteristiche strutturali e motorie individuali** per l'impostazione dell'attacco
 - ◊ Attaccante **abile**
 - ◊ Attaccante **potente**
- La gestione del **tempo di colpo**
- La **condizione di equilibrio** in volo
- Il controllo della **manualità**
- 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**



MOD.9 – (Did.Te6) I colpi per attaccare il campo avversario – MODULO PRATICO:

Didattica del servizio e differenziazione esecutiva tra i colpi d'attacco e i colpi per le varie tecniche di servizio

CONTENUTI

- **La differenziazione esecutiva tra i colpi d'attacco e i colpi per la gestione del servizio flottante – spin – ibrido**
 - ◇ **Accelerazione** dell'arto che colpisce – **spalla – mano**
 - ◇ **La direzione del colpo** sulla palla
- **Il servizio dall'alto**
 - ◇ **L'impatto flottante** (direzione del colpo)
- **Il servizio in salto**
 - ◇ La tecnica cosiddetta **jump-float**
 - ◇ La tecnica cosiddetta **jump-spin**
 - ◇ Le tecniche cosiddette **ibride**

MOD.10 – (Did.Te7) MODULO PRATICO:

La didattica per l'impostazione delle tecniche di muro nelle zone di competenza dei vari ruoli

CONTENUTI

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

MOD.11 – (Did.Te8) MODULO PRATICO:

Adattamenti esecutivi del bagher nell'impostazione delle tecniche 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 **difesa nelle dinamiche del gioco**
- 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

MOD.12 – (Did.Sp1) MODULO PRATICO:

La scelta e la differenziazione delle tecniche per i vari ruoli

CONTENUTI

- **L'alzatore**
 - ◇ Specificità del **palleggio** per il futuro alzatore
- **Il ricevitore**
 - ◇ Specificità del **bagher** per le **tecniche di ricezione** del ricevitore attaccante
 - ◇ Specificità esecutive della **tecnica della schiacciata** dopo ricezione
- **Il libero**
 - ◇ Ruolo che si qualifica nello **sviluppo delle competenze di ricezione e difesa**

MOD.13 – (Did.Sp2) MODULO PRATICO:

La scelta e la differenziazione delle tecniche per i vari ruoli

CONTENUTI

- **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
- **L'opposto**
 - ◇ Ruolo che si qualifica nelle **competenze di attacco dalla seconda linea**
- **Le competenze complementari** dei vari ruoli
 - ◇ L'alzata di ricostruzione del contrattacco
 - ◇ La difesa

SISTEMI DI ALLENAMENTO

MOD.14 – (Sis.AI1) MODULO PRATICO:

L'esercizio di sintesi nella prassi dell'allenamento

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
- Il rendimento individuale e dei sistemi tattici per **valutare la difficoltà** indotta dall'esercizio

MODULO SPECIFICO – TECNICA ARBITRALE

MOD.15 – (Tec.Ar1) MODULO TEORICO / PRATICO:

Regole di Gioco, Tecnica Arbitrale e Compilazione del Referto

ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso “Allievo Allenatore ON” che risultino idonei all’esame finale acquisiscono la qualifica di “Allievo Allenatore ON” con decorrenza dalla data dell’esame finale.

La qualifica di “Allievo Allenatore ON” è temporanea, e il suo mantenimento è subordinato all’obbligo di frequenza annuale degli aggiornamenti previsti per il livello di qualificazione, e all’iscrizione al corso di allenatore 1° Grado entro due stagioni come specificato nella Guida Pratica Allenatori (si consiglia di consultarla annualmente per informazioni aggiornate).

L’abilitazione di “Allievo Allenatore ON” consente di svolgere l’attività tecnica di Primo Allenatore nei Campionati di Seconda e Terza Divisione e nei campionati di categoria U13 U14 U15, e di Secondo Allenatore nei Campionati di Prima, Seconda Terza Divisione e in tutti i campionati di categoria.

TIROCINIO

Durante la fase di svolgimento del Corso, ciascun partecipante potrà svolgere attività di tirocinio facoltativo presso società affiliate FIPAV, espletando le funzioni di “Allenatore Praticante” in tutti i Campionati di serie territoriale e di categoria fino alle fasi regionali. I Comitati Territoriali metteranno a disposizione dei partecipanti al Corso un elenco di società rese disponibili ad accogliere le eventuali richieste in merito.

Tale tirocinio facoltativo potrà espletarsi con un numero a scelta di presenze sul CAMP3.

L’Allenatore Praticante non potrà in nessun modo svolgere il ruolo di 1° o 2° allenatore e non potrà sedere in panchina se unico allenatore presente. Dovrà essere presente almeno un altro allenatore che svolga il compito di 1° allenatore.

Per dare continuità agli argomenti sviluppati, i corsisti, potranno seguire gli allenamenti che il Direttore Didattico e i Docenti decideranno di aprire con le loro squadre di club oppure con organizzazioni ad hoc. È facoltà del comitato organizzatore rendere obbligatorio questo Tutoraggio inserendolo nell’indizione del corso ed indicando quante presenze obbligatorie saranno previste.



CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO

“AGEVOLATO”

Per Allievi Allenatori 2023-24 e precedenti
(possibile organizzazione e somministrazione per le s.a. 2024-25 e 25-26)

TEMA ISPIRATORE

- La **struttura della seduta di allenamento** e la **didattica dei gesti tecnici nel 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
- Capacità di organizzare un sistema semplice di **valutazione e monitoraggio dell'allenamento**

PROGRAMMA DEL CORSO

- Il Corso è strutturato in 12 lezioni da 2 ore per un totale di 24 ore di formazione, da distribuire in un arco di tempo di almeno 3 mesi, più 6 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 12 lezioni così suddivise:

o	4	Teoria e Metodologia dell'Allenamento	Totale ore: 8
o	2	Didattica della Specializzazione	Totale ore: 4
o	3	Sistema di Allenamento	Totale ore: 6
o	2	Sviluppo delle Capacità di Gioco	Totale ore: 4
o	1	Preparazione Fisica	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 “1° Grado Agevolato” attivati presso altri Comitati Territoriali.
Sono comunque consentite assenze per 1 moduli di lezione (2 ore).

PIANO DI STUDI

TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

MOD.1 – (Metod1) MODULO TEORICO:

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

CONTENUTI:

- Concetto di **“sport di situazione”** e relative implicazioni metodologiche
- Concetto di **“gioco sportivo”** e relative implicazioni metodologiche
- Concetto di **“sport di squadra”** e relative implicazioni metodologiche
- Cenni di **teoria applicata dell'allenamento sportivo**
 - ◊ **I principi teorici** che orientano la prassi: continuità – progressività – variabilità dello stimolo
 - ◊ **I principi teorici dell'allenamento** nel contesto giovanile
 - ◊ L'identificazione dei **contenuti del processo di allenamento**

MOD.2 – (Metod2) MODULO TEORICO:

La seduta di allenamento tecnico – tattico

CONTENUTI:

- **La pianificazione della struttura** dell'allenamento
- **L'organizzazione** della seduta di allenamento
- **La formulazione** degli obiettivi
- **La gestione e la conduzione** 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

MOD.3 – (Metod3) MODULO TEORICO:

L'esercizio nella forma analitica, sintetica e globale per l'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 **gesto tecnico**
- L'**organizzazione** delle forme generali di esercizio nel sistema di allenamento
 - ◊ La **finalità metodologica** delle forme di esercizio analitica, sintetica e di gioco
- 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 finalizzata delle tecniche** di gioco

LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE

MOD.4 – (Did.Sp1) MODULO PRATICO:

Le competenze tecnico-tattiche per la costruzione delle azioni di gioco dei vari ruoli
CONTENUTI:

- L'azione di **Cambio Palla**: «*risposta al servizio avversario*» e principi dell'allenamento specifico
- L'azione di **Break Point**: «*risposta all'azione di Cambio Palla avversaria*» e principi dell'allenamento specifico
- L'**azione prolungata**: «*la palla che resta in gioco*» e principi dell'allenamento specifico
- La stabilizzazione delle **traiettorie di alzata**
- La salvaguardia dell'imprevedibilità nel tocco 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
- Sviluppo dell'**orientamento al bersaglio** del piano di rimbalzo nei rispettivi adattamenti
- **Casistica situazionale** del comportamento tecnico del ricettore-attaccante
- L'organizzazione dell'**allenamento differenziato** del ricevitore
- 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

MOD.5 – (Did.Sp2) MODULO PRATICO:

Le competenze tecnico-tattiche la finalizzazione tattica delle azioni di gioco dei vari ruoli

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"
- Didattica 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**
- 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** e la **difesa**

- **L'allenamento differenziato** dell'opposto
- **Casistica situazionale** del comportamento tecnico del ricevitore-attaccante
 - ◇ Le situazioni di **ricezione e preparazione delle rincorse d'attacco**
 - ◇ **L'attacco** del ricevitore-attaccante
- L'allenamento delle **competenze complementari** del ruolo

SISTEMI DI ALLENAMENTO

MOD.6 – (Sis.A11) MODULO PRATICO:

Dall'esercizio di battuta-ricezione all'allenamento del sistema di Cambio Palla
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**
- 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

MOD.7 – (Sis.A12) MODULO PRATICO:

L'esercizio di attacco vs muro e l'allenamento del sistema di 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
- 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”

MOD.8 – (Sis.AI3) MODULO PRATICO:

L'esercizio di difesa e alzata di ricostruzione e l'allenamento dei sistemi di difesa e di contrattacco

CONTENUTI

- **Difendere per contrattaccare**
 - ◊ La casistica delle modalità di controllo dell'intervento difensivo
 - ◊ Le posizioni di difesa rispetto alle traiettorie di attacco avversarie
- 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
- 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**

SVILUPPO DELLA CAPACITÀ DI GIOCO

MOD.9 – (Sv.Gio1) MODULO PRATICO:

La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del Cambio Palla e quelli per l'allenamento del Break Point

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**

MOD.10 – (Sv.Gio2) MODULO PRATICO:

L'allenamento tecnico-tattico attraverso il gioco (con riferimento a moduli di allenamento per la stagione 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

MOD.11 – (Pr.Fis1) MODULO PRATICO:

Protocolli per l'allenamento della forza

CONTENUTI

- Potenzimento dell'**asse corporeo**
 - ◇ Parete addominale e dorso-lombare
 - ◇ La **CORE STABILITY** e il **controllo respiratorio**
- Potenzimento delle dinamiche a carico delle **articolazioni prossimali** (anche e spalle)
 - ◇ Costruzione e potenziamento dell'**accosciata massima**
 - ◇ Costruzione del movimento del **complesso articolare della spalla**
- Potenzimento delle **catene cinetiche estensorie** (movimenti di spinta)
- Potenzimento 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**

TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

MOD.12 – (Metod4) MODULO TEORICO:

La valutazione e il sistema di controllo dell'allenamento

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**

ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allenatore di Primo Grado che risultino idonei all'esame finale acquisiscono la qualifica di "Allenatore di Primo Grado", dopo la ratifica da parte del Settore Formazione FIPAV, con decorrenza dalla data dell'esame finale. Il mantenimento della qualifica di "Allenatore di Primo Grado" 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" consente di svolgere l'attività tecnica di Primo Allenatore nei Campionati Prima, Seconda e Terza Divisione e in tutti i campionati di categoria, 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.

TIROCINIO

Per dare continuità agli argomenti sviluppati, i corsisti, potranno seguire gli allenamenti che il Direttore Didattico e i Docenti decideranno di aprire con le loro squadre di club oppure con organizzazioni ad hoc. È facoltà del comitato organizzatore rendere obbligatorio questo Tutoraggio inserendolo nell'indizione del corso ed indicando quante presenze obbligatorie saranno previste.

CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO ON

“PERCORSO per Allievi Allenatori ON”

Da erogare a partire dal 2025-26

TEMA ISPIRATORE

- La **struttura della seduta di allenamento** e la **didattica dei gesti tecnici nel 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:
 - o Principi che influenzano l'**adattamento organico muscolare** agli stimoli allenanti:
 - ◊ **Continuità** dello stimolo allenante
 - ◊ **Progressività** dell'entità dello stimolo
 - ◊ **Variabilità** dello stimolo allenante
 - o Principi che orientano la **gestione del carico** di allenamento:
 - ◊ **Stimolo allenante efficace**
 - ◊ Corretta **successione dei carichi**
 - ◊ Relazione tra **formazione generale e speciale**

PROGRAMMA DEL CORSO

- Il Corso è strutturato in 30 lezioni da 2 ore per un totale di 60 ore di formazione, da distribuire in un arco di tempo di almeno 3 mesi, più 6 ore d'esame
- L'organizzazione del Corso è a cura del Comitato Territoriale di appartenenza
- La formula del corso può essere periodica

STRUTTURA DEL CORSO

- La struttura del Corso prevede 30 lezioni così suddivise:

o 5	Teoria e Metodologia dell'Allenamento	Totale ore: 10
o 4	Modello Prestativo	Totale ore: 8
o 4	Didattica di Specializzazione	Totale ore: 8
o 6	Sistemi di Allenamento	Totale ore: 12
o 2	Sviluppo del Gioco	Totale ore: 4
o 2	Preparazione Fisica	Totale ore: 4
o 3	Medicina Sportiva	Totale ore: 6
o 2	Match Analysis	Totale ore: 4
o 1	Tecnica Arbitrale	Totale ore: 2
o 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). Sono comunque consentite assenze per 1 moduli di lezione (2 ore).

PIANO DI STUDI

TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

MOD.1 – (Metod1) MODULO TEORICO:

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

CONTENUTI:

- Concetto di **"sport di situazione"** e relative implicazioni metodologiche
- Concetto di **"gioco sportivo"** e relative implicazioni metodologiche
- Concetto di **"sport di squadra"** e relative implicazioni metodologiche
- 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) MODULO TEORICO

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 3 (Metod3) MODULO TEORICO

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 4 (Metod4) MODULO TEORICO**La gestione del gruppo squadra:****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 TEORICO**La valutazione nel sistema di allenamento sportivo:****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**

MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO TATTICA NELLA PALLAVOLO

Modulo 6-(Mod.Pr1) MODULO TEORICO**La valutazione della performance tecnico-tattica e l'identificazione dei criteri di specificità dei modelli di prestazione:****CONTENUTI**

- La **valutazione della performance tecnico – tattica nel contesto giovanile**
 - ◇ **Principi metodologici**
 - L'interpretazione del concetto di positività e del concetto di efficienza
 - L'interpretazione dei valori di picco
 - L'incidenza dell'errore nella performance del giovane e il relativo significato metodologico
- 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 7-(Mod.Pr2) MODULO TEORICO**I modelli di prestazione nella fascia 12-15 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

MOD.8 (Mod.Pr3) – MODULO TEORICO-PRATICO

I modelli di prestazione nella fascia 14-17 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

MOD.9 (Mod.Pr4) – MODULO TEORICO-PRATICO

I modelli di prestazione nella fascia 16-19 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



LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE

MOD.10 (Did.Sp1) – MODULO PRATICO

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

MOD.11 (Did.Sp2) – MODULO PRATICO

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

MOD.12 (Did.Sp3) – MODULO PRATICO**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"
- **Didattica 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

MOD.13 (Did.Sp4) – MODULO PRATICO**Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto e del libero:****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**
- **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**MOD.14 (Sis.AI1) – MODULO PRATICO****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**

MOD.15 (Sis.AI2) – MODULO PRATICO

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**

MOD.16 (Sis.AI3) – MODULO PRATICO

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"

MOD.17 (Sis.AI4) – MODULO PRATICO

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

CONTENUTI

- **Difendere per contrattaccare**
 - ◊ La casistica delle modalità di controllo dell'intervento difensivo
 - ◊ Le posizioni di difesa rispetto alle traiettorie di attacco avversarie
- **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

MOD.18 (Sis.AI5) – MODULO PRATICO

Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco 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

MOD.19 (Sis.A16) – MODULO PRATICO

L'allenamento dei sistemi di ricostruzione del 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**
- **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 CAPACITÀ DI GIOCO

MOD.20 (Sv.Gio1) – MODULO PRATICO

La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del Cambio Palla e quelli per l'allenamento del Break Point:

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

MOD.21 (Sv.Gio2) – MODULO PRATICO

L'allenamento tecnico-tattico attraverso il gioco (con riferimento a 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

MOD.22 (Pr.Fis1) – MODULO PRATICO

Lo sviluppo delle componenti motorie e neuro-muscolari nell'allenamento pallavolistico:

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"**
- **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"

MOD.23 (Pr.Fis2) – MODULO PRATICO

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

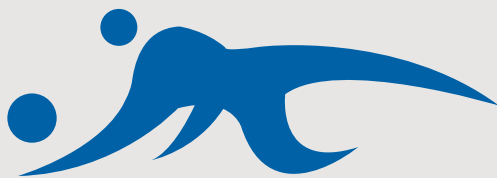
MOD.24 (Med.Sp1) – MODULO TEORICO-PRATICO

Fisiologia riferita al carico di lavoro e agli adattamenti conseguenti

MOD.25 (Med.Sp2) – MODULO TEORICO-PRATICO

Traumatologia e primo soccorso nell'allenamento: CONTENUTI

- **Primo Soccorso**
 - ◇ Il "Taping" funzionale:
 - Dita
 - Caviglie



MOD.26 (Med.Sp3) – MODULO TEORICO-PRATICO

Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico

MODULO SPECIFICO – MATCH ANALYSIS

Modulo 27 (Ril.St1)

Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite

Modulo 28-(Ril.St2)

Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra

MODULO SPECIFICO – TECNICA ARBITRALE

Modulo 29 (Tec.Ar1)

Approfondimenti sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale:

- La casistica di gioco

MODULO SPECIFICO – SITTING VOLLEY

Modulo 30 (Sit.Vo1)

Il Sitting Volley

ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allenatore di Primo Grado che risultino idonei all'esame finale acquisiscono la qualifica di "Allenatore di Primo Grado", dopo la ratifica da parte del Settore Formazione FIPAV, con decorrenza dalla data dell'esame finale.

Il mantenimento della qualifica di "Allenatore di Primo Grado" 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" consente di svolgere l'attività tecnica di Primo Allenatore nei Campionati Prima, Seconda e Terza Divisione e in tutti i campionati di categoria, 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.

TIROCINIO

Per dare continuità agli argomenti sviluppati, i corsisti, potranno seguire gli allenamenti che il Direttore Didattico e i Docenti decideranno di aprire con le loro squadre di club oppure con organizzazioni ad hoc. È facoltà del comitato organizzatore rendere obbligatorio questo Tutoraggio inserendolo nell'indizione del corso ed indicando quante presenze obbligatorie saranno previste.

CORSO ALLENATORE DI SECONDO GRADO

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

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
○ 5	Didattica di Specializzazione	Totale ore: 10
○ 4	Modello Prestativo	Totale ore: 8
○ 8	Sistemi di Allenamento	Totale ore: 16
○ 1	Sviluppo della Capacità di Gioco	Totale ore: 2
○ 3	Preparazione Fisica	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 3 moduli di lezione (6 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 ininfluente) 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

MODULO SPECIFICO – MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT

Modulo 27-(Med.Sp1)

- Prevenzione degli infortuni e rieducazione funzionale dell'arto superiore e della colonna vertebrale

Modulo 28-(Med.Sp2)

- Prevenzione degli infortuni e rieducazione funzionale del ginocchio e della caviglia

MODULO SPECIFICO – MATCH ANALYSIS

Modulo 29-(Ril.St1)

- Seduta di allenamento di una squadra di Serie B2 femminile
- Seduta di allenamento di una squadra di Serie B maschile

Modulo 30-(Ril.St2)

- Rilevamento dei dati durante una gara del campionato nazionale di Serie B maschile o Serie B2 femminile.

Modulo 31-(Ril.St3)

- Match analysis: rilevamento dei dati e programmazione degli allenamenti

Modulo 32-(Ril.St4)

- Utilizzo del video per lo studio della propria squadra e delle squadre avversarie

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 che dovrà proporre e far svolgere in palestra una seduta di allenamento. Ogni corsista a turno dovrà dirigere parte dell’allenamento come 1°Allenatore con esercizi suoi concordati con lo “Staff”.

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 che risultino idonei all’esame finale acquisiscono la qualifica di “Allenatore di Secondo Grado”, dopo la ratifica da parte del Settore Formazione FIPAV, con decorrenza dalla data dell’esame finale.

Il mantenimento della qualifica di “Allenatore di Secondo Grado” 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” 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, A3, 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.

TIROCINIO

Per dare continuità agli argomenti sviluppati, i corsisti, potranno seguire gli allenamenti che il **Direttore Didattico** e i **Docenti** decideranno di aprire con le loro squadre di club oppure con organizzazioni ad hoc. È facoltà del comitato organizzatore rendere obbligatorio questo **Tutoraggio** inserendolo nell’indizione del corso ed indicando quante presenze obbligatorie saranno previste.

GUIDA ORGANIZZATIVA AI CORSI PER LA FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI

2024-2028

CORSO ALLIEVO ALLENATORE ON

I Comitati Territoriali, attraverso le strutture preposte e di concerto con il Comitato Regionale di appartenenza, sono invitati ad indire il “Corso Allievo Allenatore ON”.

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 Docenti 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 Formazione FIPAV** (via email all'indirizzo 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 Formazione FIPAV** via email all'indirizzo settoretecnico@federvolley.it per l'attivazione delle matricole temporanee.

Il **Comitato Regionale** dovrà verificare che tutte le lezioni vengano svolte come da programma inviato per validare il Corso prima di darne comunicato ufficiale.

DURATA

Il **Corso** è strutturato su **15 lezioni da 2 ore** per un totale di **30 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 210,00** 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**.

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 1 moduli di lezione (2 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, sarà il docente prevalente del corso insieme ad altri docenti, e si assicurerà il rispetto di queste linee guida, nell'ordine e nello svolgimento suggerito. Inoltre sarà previsto l'impiego di Esperti esterni, per le lezioni relative ai moduli di Tecnica Arbitrale, Sitting Volley e Medicina applicata allo Sport.

Tutti i moduli potranno essere svolti da un Docente che abbia ottenuto l'Abilitazione tramite "Aggiornamento Docenti 2022 - 2024" o tramite "Nuovo Docente 2022".

RATIFICA DEL CORSO

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

- Relazione del Corso a cura del Direttore Didattico
- Elenco nominativo dei partecipanti al Corso
- Elenco idonei, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV
- Elenco non idonei, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV
- Elenco di coloro che seppur idonei, hanno riportato un "debito formativo" relativa alla valutazione, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV. (Si veda la nuova parte relativa allo "**Svolgimento d'Esame Orale**", allegato a questa Guida).

Il **Settore Formazione 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 Formazione FIPAV**, nel caso di eventuali delucidazioni o contestazioni.

NORME TESSERATIVE

Il Comitato Territoriale invierà al Settore Formazione 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 Formazione 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 Formazione FIPAV. Il Settore Formazione 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 una tantum**. Sono dunque escluse da questa cifra le eventuali ore di lezioni tenute dallo stesso che saranno pagate secondo le tariffe sotto indicate.

I **Docenti, Esperti, Componenti della Commissione d'Esame** del Corso percepiranno un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora 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 più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali.

Il **Direttore Didattico** non potrà svolgere anche il ruolo di *Presidente di Commissione* che dovrà essere scelto su altro Comitato Territoriale.

Il **Presidente di Commissione** potrà intervenire durante lo svolgimento degli esami orali, facendo domande ai candidati. Il suo compenso non sarà integrato da costo/ore da esaminatore.

Viene fatta eccezione esclusivamente alle regioni che non hanno più di un comitato territoriale; potranno scegliere un Presidente di Commissione da altro Comitato Territoriale fuori regione oppure farlo svolgere dal proprio Direttore Didattico. In questo caso eccezionale, comunque, il compenso da Direttore non verrà sommato a quello da Presidente né al costo/ore del docente esaminatore.

NOTE

Qualora il Comitato Territoriale, chiamato ad organizzare il “**Corso Allievo Allenatore ON**”, 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 (scelta condivisa, accettata e registrata in sede di consiglio territoriale e regionale)
- 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 Agevolato in ambito Regionale. Verrà organizzato dal Comitato Regionale in stretta collaborazione con i Comitati Territoriali.



CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO

“Agevolato”

Per Allievi Allenatori 2023-24 e precedenti
(possibile organizzazione e somministrazione per le s.a. 2024-25 e 25-26)

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 Agevolato**”.

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 Formazione FIPAV** (via email all'indirizzo settoretecnico@federvolley.it) allegando copia di tutta la documentazione.

Il **Comitato Regionale** dovrà verificare che tutte le lezioni vengano svolte come da programma inviato per validare il Corso prima di darne comunicato ufficiale.

DURATA

Il **Corso** è strutturato su **12 lezioni da 2 ore** per un totale di **24 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 210,00** 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**. 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 1 moduli di lezione (2 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, sarà uno dei docenti del corso e si assicurerà, che verrà portata avanti un'unica visione, quella delineata da queste linee guida, nell'ordine e nello svolgimento suggerito. Inoltre sarà previsto l'impiego di Esperti esterni, per le lezioni relative ai moduli di Tecnica Arbitrale, Sitting Volley e Medicina applicata allo Sport.

Tutti i moduli potranno essere svolti da un Docente che abbia ottenuto l'Abilitazione tramite "Aggiornamento Docenti 2022 - 2024" o tramite "Nuovo Docente 2022".

RATIFICA DEL CORSO

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

- Relazione del Corso a cura del Direttore Didattico
- Elenco nominativo dei partecipanti al Corso
- Elenco idonei, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV
- Elenco non idonei, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV
- Elenco di coloro che seppur idonei, hanno riportato un "debito formativo" relativa alla valutazione, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV. (Si veda la nuova parte relativa allo "**Svolgimento d'Esame Orale**", allegato a questa Guida).

Il **Settore Formazione 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 Formazione FIPAV**, nel caso di eventuali delucidazioni o contestazioni.

NORME TESSERATIVE

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

COMPENSI DOCENZE

Il **Direttore Didattico** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 150,00 lordi una tantum**. Sono dunque escluse da questa cifra le eventuali ore di lezioni tenute dallo stesso che saranno pagate secondo le tariffe sotto indicate.

I **Docenti, Esperti, Componenti della Commissione d'Esame** del Corso percepiranno un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora 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 più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali.

Il **Direttore Didattico** non potrà svolgere anche il ruolo di Presidente di Commissione che dovrà essere scelto su altro Comitato Territoriale.

Il **Presidente di Commissione** potrà intervenire durante lo svolgimento degli esami orali, facendo domande ai candidati. Il suo compenso non sarà integrato da costo/ore da esaminatore.

Viene fatta eccezione esclusivamente alle regioni che non hanno più di un comitato territoriale; potranno scegliere un Presidente di Commissione da altro Comitato Territoriale fuori regione oppure farlo svolgere dal proprio Direttore Didattico. In questo caso eccezionale, comunque, il compenso da Direttore non verrà sommato a quello da Presidente né al costo/ore del docente esaminatore.

NOTE

Qualora il Comitato Territoriale, chiamato ad organizzare il “**Corso Allievo Allenatore di Primo Grado Agevolato**”, 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 (scelta condivisa, accettata e registrata in sede di consiglio territoriale e regionale)
- 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 Agevolato in ambito Regionale. Verrà organizzato dal Comitato Regionale in stretta collaborazione con i Comitati Territoriali.



CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO ON

**Per Allievi Allenatori ON 2024-25 e successivi
(possibile organizzazione e somministrazione per le s.a. 2025-26 in avanti)**

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**”.

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 Formazione FIPAV** (via email all'indirizzo settoretecnico@federvolley.it) allegando copia di tutta la documentazione.

Il **Comitato Regionale** dovrà verificare che tutte le lezioni vengano svolte come da programma inviato per validare il Corso prima di darne comunicato ufficiale.

DURATA

Il **Corso** è, strutturato su **30 lezioni da 2 ore** per un totale di **60 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 pari a **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**. **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, sarà uno dei docenti del corso e si assicurerà, nella partecipazione di altri docenti, che sia portata avanti un'unica visione, quella delineata da queste linee guida, nell'ordine e nello svolgimento suggerito. Inoltre sarà previsto l'impiego di Esperti esterni, per le lezioni relative ai moduli di Tecnica Arbitrale, Sitting Volley e Medicina applicata allo Sport.

Tutti i moduli potranno essere svolti da un Docente che abbia ottenuto l'Abilitazione tramite "Aggiornamento Docenti 2022 - 2024" o tramite "Nuovo Docente 2022".

RATIFICA DEL CORSO

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

- Relazione del Corso a cura del Direttore Didattico
- Elenco nominativo dei partecipanti al Corso
- Elenco idonei, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV
- Elenco non idonei, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV
- Elenco di coloro che seppur idonei, hanno riportato un "debito formativo" relativa alla valutazione, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV (Si veda la nuova parte relativa allo "**Svolgimento d'Esame Orale**", allegato a questa Guida).

Il **Settore Formazione 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 Formazione FIPAV**, nel caso di eventuali delucidazioni o contestazioni.

NORME TESSERATIVE

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

COMPENSI DOCENZE

Il **Direttore Didattico** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 150,00 lordi una tantum**. Sono dunque escluse da questa cifra le eventuali ore di lezioni tenute dallo stesso che saranno pagate secondo le tariffe sotto indicate.

I **Docenti, Esperti, Componenti della Commissione d'Esame** del Corso percepiranno un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora 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 più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali.

Il **Direttore Didattico** non potrà svolgere anche il ruolo di Presidente di Commissione che dovrà essere scelto su altro Comitato Territoriale.

Il **Presidente di Commissione** potrà intervenire durante lo svolgimento degli esami orali, facendo domande ai candidati. Il suo compenso non sarà integrato da costo/ore da esaminatore.

Viene fatta eccezione esclusivamente alle regioni che non hanno più di un comitato territoriale; potranno scegliere un Presidente di Commissione da altro Comitato Territoriale fuori regione oppure farlo svolgere dal proprio Direttore Didattico. In questo caso eccezionale, comunque, il compenso da Direttore non verrà sommato a quello da Presidente né al costo/ore del docente esaminatore.

NOTE

Qualora il Comitato Territoriale, chiamato ad organizzare il “**Corso Allenatore di Primo Grado**”, 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 (scelta condivisa, accettata e registrata in sede di consiglio territoriale e regionale)
- 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 in ambito Regionale, a cura del Comitato Regionale ed in stretta collaborazione con i Comitati Territoriali.



CORSO ALLENATORE DI SECONDO GRADO

I Comitati Regionali, attraverso le strutture preposte e di concerto con il **Settore Formazione FIPAV**, sono invitati ad indire il **Corso Allenatore di Secondo Grado**”.

INDIZIONE DEL CORSO

Per ottenere l'autorizzazione allo svolgimento del Corso, il **Comitato Regionale** dovrà inviare al **Settore Formazione 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 Formazione 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.

Il **Settore Formazione Nazionale** potrà verificare che tutte le lezioni vengano svolte come da programma inviato per validare il Corso prima di darne comunicato ufficiale.

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, si assicurerà che sia portata avanti un'unica visione, quella delineata da queste linee guida, nell'ordine e nello svolgimento suggerito.

Tutti i moduli potranno essere svolti da un Docente che abbia ottenuto l'Abilitazione tramite "Aggiornamento Docenti 2022 - 2024" o tramite "Nuovo Docente 2022"

RATIFICA DEL CORSO

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

- Relazione del Corso a cura del Direttore Didattico
- Elenco nominativo dei partecipanti al Corso
- Elenco idonei, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV
- Elenco non idonei, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV
- Elenco di coloro che seppur idonei, hanno riportato un “debito formativo” relativa alla valutazione, corredato dai dati anagrafici e numero di matricola FIPAV (Si veda la nuova parte relativa allo “Svolgimento d’Esame Orale”, allegato a questa Guida).

Il **Settore Formazione 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 Formazione FIPAV**, nel caso di eventuali delucidazioni o contestazioni.

NORME TESSERATIVE

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

COMPENSI DOCENZE

Il **Direttore Didattico** del Corso percepirà un compenso pari a **Euro 200,00 lordi una tantum**. Sono dunque escluse da questa cifra le eventuali ore di lezioni tenute dallo stesso che saranno pagate secondo le tariffe sotto indicate.

I **Docenti, Esperti, Componenti della Commissione d’Esame** del Corso percepiranno un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l’ora 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 più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali.

Il **Direttore Didattico** non potrà svolgere anche il ruolo di Presidente di Commissione che dovrà essere scelto su altro Comitato Regionale chiedendo autorizzazione al Settore Tecnico Nazionale.

Il **Presidente di Commissione** potrà intervenire durante lo svolgimento degli esami orali, facendo domande ai candidati. Il suo compenso non sarà integrato con il costo/ore da esaminatore.

NOTE

Qualora il Comitato Regionale, chiamato ad organizzare il “**Corso Allenatore di Secondo Grado**”, 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 (scelta condivisa, accettata e registrata in sede di consiglio regionale)
- 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 Formazione FIPAV, indice annualmente il **“Corso Nazionale per Allenatori di Terzo Grado – 4° Livello di formazione”**.

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 Formazione 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 è oggetto di apposito Bando che viene curato annualmente da parte del Settore Formazione 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

I Tecnici in possesso di qualifica di **“Allievo Allenatore ON”** e **“Allievo Allenatore 23-24”** dovranno frequentare **ogni anno 4 Corsi di Aggiornamento (di cui 2 su argomenti relativi al giovanile stabiliti dal Settore Formazione FIPAV) della durata di minimo 2 ore organizzati dal Comitato Territoriale FIPAV**, salvo diversa indicazione proveniente dalle Consultazioni Regionali.

PRIMO GRADO

I Tecnici in possesso della qualifica di **“Allenatore di Primo Grado”** 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

I Tecnici in possesso della qualifica di **“Allenatore di Secondo Grado”** 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” 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 Formazione FIPAV (Workshop, ecc) e ad un Corso di Aggiornamento Regionale. **I tecnici di Secondo 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 Formazione 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 Formazione 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 Formazione 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 Formazione 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 - PRIMI GRADO

Il **Comitato Territoriale** organizza appositi Corsi di Aggiornamento per **Allievi Allenatori e Allenatori di Primo Grado**, 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 Formazione 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 -TERZI GRADO

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

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

Il **Settore Formazione 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 -TERZI GRADO

CHE ALLENANO IN SERIE B1 E B2 FEMMINILE E B MASCHILE

Il **Settore Formazione FIPAV** organizza annualmente il Corso di Aggiornamento Nazionale regolamentato da apposito Bando di indizione, pubblicato sul sito federale www.federvolley.it nella sezione Settore formazione 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 nella sezione Settore formazione 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 Formazione FIPAV inserire le date, il tema e il relatore sul tesseramento online, per ciascuno dei tecnici partecipanti.

Verranno considerati **Primi Allenatori** tutti coloro che ricopriranno almeno 3 volte questo ruolo.

SECONDI GRADO -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 Formazione 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.

Verranno considerati **Primi Allenatori** tutti coloro che ricopriranno almeno 3 volte questo ruolo.

Il **Settore Formazione FIPAV** organizzerà Master di Aggiornamento invitando gli **Allenatori e Allenatori delle Nazionali** che svolgono funzioni di Primo Allenatore in serie A1 e A2. Le norme organizzative saranno stabilite contestualmente ad ogni iniziativa.

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, a prescindere dal superamento dell'esame finale. La frequenza del Corso infatti è da considerarsi già momento di Aggiornamento.

EROGAZIONE

I Corsi verranno erogati **in presenza o fino ad un massimo del 50% online**.

Gli stessi Allenatori potranno seguire un massimo del 50% dei corsi online; uno su due se Allenatori di 1°, 2° e 3° grado; due su quattro se Allenatori Allievi (ON e 23-24).

La durata del corso sarà comunque di 2 ore.

Nell'eventualità di Corsi di Aggiornamento erogati direttamente dal **Settore Formazione Accademia FIPAV**, gli allenatori che intenderanno partecipare si iscriveranno e pagheranno direttamente al Settore Tecnico Nazionale che rimborserà le quote relative ad ogni iscritto al rispettivo comitato di appartenenza. Le modalità di iscrizione e pagamento verranno comunque indicate nell'indizione di tali corsi.

COMPENSI DOCENZE

Al **Docente**, all'**Allenatore** o alla **figura professionale**, che terrà il corso, verrà riconosciuto un compenso **a partire da Euro 100,00 lordi**.

Agli **Allenatori o figure professionali**, che hanno fatto parte degli **staff delle Nazionali Italiane Giovanili o Seniores** verrà riconosciuto un compenso **a partire da Euro 250,00 lordi**.

Agli **Allenatori di Superlega Maschile o A1 Femminile**, che sono attualmente in attività presso queste serie in Italia o all'Estero, verrà riconosciuto un compenso **a partire da Euro 350,00 lordi**.

Per tutti è previsto il rimborso chilometrico secondo le tariffe federali.

FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI: GUIDA ALLA VALUTAZIONE

2024-2028

CORSO ALLIEVO ALLENATORE ON

VALUTAZIONE INIZIALE

In apertura del Corso sarà somministrato obbligatoriamente, agli iscritti, un questionario volto a definire il livello delle conoscenze iniziali dei partecipanti. Non ha carattere valutativo ma esclusivamente conoscitivo; questo potrà essere riutilizzato durante lo svolgimento del corso come verifica del reale passaggio di informazioni acquisite. Il questionario, a cura del Direttore Didattico del Corso, sarà composto da 20 domande a risposta multipla (una sola corretta) così distribuite per macro-argomenti:

- 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:
 - 20/100 capacità tecniche
 - 20/100 capacità di conduzione
- 10/100 Questionario. Prova scritta in presenza con sbarramento all'esame orale, somministrato al termine dell'ultima lezione del corso:
 - Le domande, a risposta chiusa con 3/4 opzioni di risposta, saranno 20 e riguarderanno argomenti trattati dai Docenti del Corso
 - I criteri di attribuzione dei punteggi sono i seguenti:
 - ◇ Risposta esatta: +0,5
 - ◇ Risposta errata/non data: 0
 - Il punteggio ottenuto nel questionario sarà strutturato nel modo seguente:
 - ◇ 0-3,5 punti: sbarramento non superato, obbligatorio ripetere la prova
 - ◇ 4-7 punti: necessario approfondire le tematiche oggetto della prova oltre le domande d'esame orale.
 - ◇ 7,5-10 punti: non sarà necessario ma solo facoltativo riprendere le domande del questionario in sede di esame orale
- 50/100 Prova orale da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario, potrà trattare i seguenti argomenti:
 - Domande relative al questionario se necessario
 - Domande relative alle 4 aree di sviluppo degli argomenti del corso.

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in 60/100. Per l'ottenimento della qualifica si richiede la sufficienza ad ogni singola prova.

Vedi parte specifica in questa guida, relativa all'esame orale.

RICONOSCIMENTO CREDITI SPORTIVI

Coloro i quali, per almeno una stagione nel corso degli ultimi 8 anni, hanno partecipato come giocatori 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** (Direttore Didattico ed un Docente Federale).

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**. Sono dunque escluse da questa cifra le eventuali ore di lezioni tenute dallo stesso che saranno pagate secondo le tariffe sotto indicate.

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.

Il **Direttore Didattico** non potrà svolgere anche il ruolo di Presidente di Commissione che dovrà essere scelto su altro Comitato Territoriale.

Il **Presidente di Commissione** potrà intervenire durante lo svolgimento degli esami orali, facendo domande ai candidati. Il suo compenso non sarà integrato da costo/ore da esaminatore.

Viene fatta eccezione esclusivamente alle regioni che non hanno più di un comitato territoriale; potranno scegliere un Presidente di Commissione da altro Comitato Territoriale fuori regione oppure farlo svolgere dal proprio Direttore Didattico. In questo caso eccezionale, comunque, il compenso da Direttore non verrà sommato a quello da Presidente né al costo/ore di docente esaminatore.

CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO “AGEVOLATO” E “NUOVO ORDINAMENTO”

VALUTAZIONE FINALE

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

- 40/100 Valutazione tecnico – pratica in itinere:
 - 15/100 capacità tecniche
 - 25/100 capacità di conduzione
- 10/100 - Questionario. Prova scritta in presenza con sbarramento all'esame orale, somministrato al termine dell'ultima lezione del corso:
 - Le domande, a risposta chiusa con 3/4 opzioni di risposta, saranno 20 e riguarderanno argomenti trattati dai Docenti del Corso
 - I criteri di attribuzione dei punteggi sono i seguenti:
 - ◇ Risposta esatta: +0,5
 - ◇ Risposta errata/non data: 0
 - Il punteggio ottenuto nel questionario sarà strutturato nel modo seguente:
 - ◇ 0-3,5 punti: sbarramento non superato, obbligatorio ripetere la prova
 - ◇ 4-7 punti: necessario approfondire le tematiche oggetto della prova oltre le domande d'esame orale.
 - ◇ 7,5-10 punti: non sarà necessario ma solo facoltativo riprendere le domande del questionario in sede di esame orale
- 50/100 Prova orale da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario, potrà trattare i seguenti argomenti:
 - Domande relative al questionario se necessario
 - Domande relative alle 4 aree di sviluppo degli argomenti del corso.

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in 60/100. Per l'ottenimento della qualifica si richiede la sufficienza ad ogni singola prova.

Vedi parte specifica in questa guida, relativa all'esame orale.

RICONOSCIMENTO CREDITI SPORTIVI

Coloro i quali, per almeno una stagione nel corso degli ultimi 8 anni, hanno partecipato come giocatori a campionati di serie A e B hanno diritto al riconoscimento di un credito di 15/100 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).

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**. Sono dunque escluse da questa cifra le eventuali ore di lezioni tenute dallo stesso che saranno pagate secondo le tariffe sotto indicate.

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.

Il **Direttore Didattico** non potrà svolgere anche il ruolo di Presidente di Commissione che dovrà essere scelto su altro Comitato Territoriale.

Il **Presidente di Commissione** potrà intervenire durante lo svolgimento degli esami orali, facendo domande ai candidati. Il suo compenso non sarà integrato da costo/ore da esaminatore.

Viene fatta eccezione esclusivamente alle regioni che non hanno più di un comitato territoriale; potranno scegliere un Presidente di Commissione da altro Comitato Territoriale fuori regione oppure farlo svolgere dal proprio Direttore Didattico. In questo caso eccezionale, comunque, il compenso da Direttore non verrà sommato a quello da Presidente né al costo/ore di docente esaminatore.

CORSO ALLENATORE DI SECONDO GRADO

VALUTAZIONE FINALE

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

- 10/100 Questionario. Prova scritta in presenza con sbarramento all'esame orale, somministrato al termine dell'ultima lezione del corso:
 - Le domande, a risposta chiusa con 3/4 opzioni di risposta, saranno 20 e riguarderanno argomenti trattati dai Docenti del Corso
 - I criteri di attribuzione dei punteggi sono i seguenti:
 - ◇ Risposta esatta: +0,5
 - ◇ Risposta errata/non data: 0
 - Il punteggio ottenuto nel questionario sarà strutturato nel modo seguente:
 - ◇ 0-3,5 punti: sbarramento non superato, obbligatorio ripetere la prova
 - ◇ 4-7 punti: necessario approfondire le tematiche oggetto della prova oltre le domande d'esame orale.
 - ◇ 7,5-10 punti: non sarà necessario ma solo facoltativo riprendere le domande del questionario in sede di esame orale
- 5/100 Elaborato programmazione allenamento
- 5/100 Elaborato Match Analysis
- 10/100 Elaborato Finale
- 20/100 Capacità di conduzione
- 50/100 Prova orale da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario, potrà trattare i seguenti argomenti:
 - Domande relative al questionario se necessario
 - Domande relative alle 4 aree di sviluppo degli argomenti del corso.

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in 60/100. Per l'ottenimento della qualifica si richiede la sufficienza ad ogni singola prova.

Vedi parte specifica in questa guida, relativa all'esame orale.

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).

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**. Sono dunque escluse da questa cifra le eventuali ore di lezioni tenute dallo stesso che saranno pagate secondo le tariffe sotto indicate.

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.

Il **Direttore Didattico** non potrà svolgere anche il ruolo di Presidente di Commissione che dovrà essere scelto su altro Comitato Territoriale.

Il **Presidente di Commissione** potrà intervenire durante lo svolgimento degli esami orali, facendo domande ai candidati. Il suo compenso non sarà integrato da costo/ore da esaminatore.

CORSO ALLENATORE DI TERZO GRADO

VALUTAZIONE FINALE

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

- 10/100 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
- 10/100 Capacità di conduzione
- 20/100 Project Work
- 10/100 Presentazione e Video esercitazioni
- 50/100 Prova orale
 - Esposizione
 - Domanda di approfondimento sul Project Work presentato
 - Domanda su Metodologia/Psicologia/Pedagogia sviluppate nel corso
 - Domanda sulla Preparazione Fisica e Fisiologia sviluppate nel corso
 - Domanda sulla Tecnica e sulla Tattica sviluppate nel corso

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in 60/100. Per l'ottenimento della qualifica si richiede la sufficienza ad ogni singola prova.

Vedi parte specifica in questa guida, relativa all'esame orale.

TABELLA RIASSUNTIVA DELLE VALUTAZIONI

PROVE E PUNTEGGI CORSI ISTITUZIONALI				
STAGIONE 2023-2025				
PROVE	ALLIEVO	1° GRADO	2°GRADO	3°GRADO
VALUTAZIONE PROVA TECNICA	20	15	\	\
VALUTAZIONE PROVA DI CONDUZIONE	20	25	20	10
"CORSO IN PRESENZA O MODALITA' MISTA: Prova scritta con sbarramento al termine della fase residenziale"	10	10	10	10
"CORSO INTERAMENTE ONLINE: Questionario formativo senza sbarramento"				
PROGRAMMAZIONE ALLENAMENTO	\	\	5	\
ANALISI DELLA GARA	\	\	5	\
PROJECT WORK	\	\	10	20
PRESENTAZIONE E VIDEO DELLE ESERCITAZIONI	\	\	\	10
PROVA ORALE	50	50	50	50
TOTALE	100	100	100	100

INDICAZIONI ESAMI ORALI VALIDO PER I CORSI DI FORMAZIONE ISTITUZIONALE di Allievo ON, 1 Grado Agevolato e ON, e 2 Grado

L'Esame Orale, nella concezione del nuovo ordinamento, viene visto come elemento formativo per eccellenza. Il suo svolgimento non vuole scovare lacune a cui assegnare una bocciatura, oppure far sentire inadeguato il soggetto esaminato. Vuole invece essere strumento di indicazione ed indirizzo verso il necessario miglioramento atteso da chi si vuole mettere alla prova per un superamento del proprio livello come Allenatore.

Nella maturazione richiesta ed auspicata dai corsisti che dovranno impegnarsi al raggiungimento del successivo livello, durante lo svolgimento dell'Esame Orale le tematiche di discussione saranno di quattro categorie seguendo specifiche aree tecniche di argomento:

- **Area Tecnica**
 - a. Didattica delle Tecniche
 - b. Didattica delle Specializzazioni
 - c. Sistemi di allenamento
- **Area Tattica**
 - a. Studio dei modelli di prestazione tecnico tattica
 - b. Sviluppo del gioco
- **Area Metodologica**
 - a. Metodologia dell'allenamento
- **Area Motoria**
 - a. Preparazione motoria di base
 - b. Preparazione fisica specifica

Per uno sviluppo idoneo dell'esame da parte del corsista e favorire i docenti esaminatori nel loro compito di accompagnare il discente alla sua maturazione di competenze specifiche al corso, verrà fornito un **vademecum delle possibili domande** da somministrare in sede di esame. Esse non saranno le uniche a poter essere somministrate ma solo una traccia chiara per un orientamento, sia a favore del docente che del corsista. In questo modo il momento dell'esame risulterà più che altro un confronto sugli argomenti sviluppati lungo tutto il corso di formazione.

Le quattro tematiche dovranno risultare sufficienti per il livello richiesto dal corso. Se non lo saranno potranno essere ripetute, in una successiva ed ultima "Sessione d'Esame Orale di Recupero".

Soltanto una o due potranno essere ripresentate per una nuova valutazione.

Se le lacune sono su più di due argomenti oppure l'attitudine del soggetto esaminato non sarà all'altezza delle consegne date per quel determinato corso, sarà ritenuto **NON IDONEO** con possibilità di ripresentarsi solo l'anno successivo. Potrà rifrequentare le lezioni del corso successivo senza alcun obbligo di frequenza se già devoluta la quota complessiva di partecipazione.

Il candidato **NON IDONEO** che ripeterà il corso e l'esame finale, avrà obbligo degli Aggiornamenti per la stagione di riferimento.

L'Esame Orale di "Recupero" potrà essere svolto solo dopo 2 settimana dall'Esame Orale, fino alla data del 15 Ottobre, per dare modo di ratificare l'esame e poter effettuare l'iscrizione alla nuova stagione agonistica fissata per il 31 Ottobre come ultimo limite.

La sessione di Esame Orale di Recupero verrà svolta in presenza, tranne che per la sessione di recupero del Corso di Terzo Grado che invece verrà svolta online.

Le date di riferimento del Terzo Grado hanno un altro riferimento specifico al periodo di svolgimento che non segue quelli degli altri tre livelli di formazione.

All'Esame di Recupero possono essere anche ripresentate Prove scritte (eccezione fatta per il Questionario Valutativo), e Prove Tecniche o di Conduzione. Queste saranno destinate più che altro ad un approfondimento necessario per chi non ha acquisito tali competenze.

COMPENSI

Commissione Esami di Recupero

Il **Presidente di Commissione** percepirà un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora**, e svolgerà le sue mansioni da remoto.

Il **Direttore Didattico** del Corso, con **funzione di Esaminatore**, percepirà un compenso pari a **Euro 25,00 lordi l'ora, più rimborso chilometrico** previsto secondo le tariffe federali, e svolgerà le sue mansioni in presenza.