



Protocollo n.ro 09/10

Rovigo, 30 Gennaio 2010

Spett.li Società FIPAV ROVIGO
Alla c.a. Presidenti
Spett.le Fipav Comitato Regionale Veneto
Alla c.a. Sig. Giancarlo Barbierato
Alla c.a. Coordinatore Tecnico Regionale
Prof. Michele Zanin

Oggetto: CORSO DI ALLIEVO ALLENATORE - 1 ° livello giovanile

Il Centro di Qualificazione Provinciale FIPAV Rovigo indice e organizza, per la stagione sportiva 2009-2010, il **“Corso di Allievo Allenatore – Primo Livello Giovanile”**.

PERIODO DI SVOLGIMENTO

Il Corso si svolgerà a partire dal mese di Febbraio per concludersi nel mese di Giugno 2010. Le lezioni si terranno nelle seguenti fasce orarie:

- giorni feriali, dalle 20:30 alle 22:30;
- sabato, dalle 15:00 alle 19:00;
- giorni festivi, dalle 9:00 alle 13:00.

Le lezioni del Corso si terranno per la parte teorica presso la sede FIPAV Rovigo, mentre per la parte pratica in una palestra situata in una località centrale della Provincia.

DESTINATARI DEL CORSO

Al Corso possono partecipare tutti coloro che abbiano compiuto il 18° anno di età. Si precisa che, la Qualifica di “Allievo Allenatore Primo Livello Giovanile”, viene rilasciata automaticamente, senza partecipare al relativo corso a:

- Studenti ISEF;
- Studenti delle Università di Scienze Motorie, che abbiano superato con votazione minima di **27/30** (attestata dal docente universitario) l'esame di pallavolo o giochi sportivi con parte specifica di pallavolo;
- Diplomatici ISEF;
- Laureati in Scienze Motorie.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

La quota di partecipazione al Corso sarà pari a €. **250,00 (Duecentocinquanta)** stabilita dal Consiglio Federale e comprende anche il materiale didattico. La predetta quota dovrà essere versata esclusivamente tramite bollettino di ccp sul c/c **10425452** intestato a **Federazione Italiana Pallavolo – Comitato Provinciale di Rovigo – Casella Postale 52 Rovigo** (causale: "Iscrizione corso allievo allenatore – 1° livello giovanile 2009-2010").

MODALITA' D' ISCRIZIONE

L'iscrizione dovrà essere formalizzata consegnando alla segreteria del Comitato Provinciale di Rovigo (aperta tutti i lunedì, mercoledì e venerdì dalle ore 17:30 alle 19:00) o inviando via posta (FIPAV Comitato Provinciale di Rovigo – Palazzo delle Federazioni – Viale Porta Adige n. 45/G 45100 ROVIGO), via fax al numero 0425 411825 oppure via e-mail all'indirizzo allenatori@fipavrovigo.net :

- il modulo di iscrizione allegato alla presente comunicazione (compilato in ogni sua parte);
- la ricevuta del versamento della somma di €. **250,00 (Duecentocinquanta)**;
- Il certificato medico di sana e robusta costituzione nel quale sia specificata l'attività di pallavolo non agonistica (o eventualmente certificato medico di idoneità agonistica).

Il termine di presentazione delle domande è previsto per sabato 20 febbraio 2010.

OBIETTIVI DEL CORSO

- Sviluppare **le capacità tecnico-esecutive** dei partecipanti al corso relativamente a:
 - ✓ motricità di base;
 - ✓ capacità di espressione motoria (e della relativa spiegazione verbale) dei principi biomeccanici delle tecniche;
 - ✓ controllo della gestione della palla.
- Verificare **la capacità di utilizzare protocolli** di lavoro tecnici, tattici e di preparazione fisica:
 - ✓ progressioni didattiche di insegnamento delle tecniche utilizzando protocolli predefiniti;
 - ✓ esercitazioni correttive dei principali errori esecutivi utilizzando protocolli predefiniti;
 - ✓ esercitazioni di impostazione delle dinamiche di gioco.
- Verificare **la capacità di analizzare e gestire l'utilizzo di un sistema di gioco**;
 - ✓ conoscenza dei modelli di prestazione dei campionati giovanili;
 - ✓ conoscenza dei modelli di prestazione dei campionati di 1[^], 2[^] e 3[^] divisione;
 - ✓ conoscenza dei sistemi di gioco che facilitano il processo di apprendimento tecnico.
- Verificare **la conoscenza di base** di alcuni principi;
 - ✓ ruolo dell'allenatore nella squadra e nella società sportiva;
 - ✓ teoria del movimento;
 - ✓ teoria dello sviluppo delle qualità motorie attraverso l'applicazione di protocolli specifici.
- Fornire gli strumenti necessari per:
 - ✓ l'interpretazione e l'uso didattico del regolamento;
 - ✓ affrontare situazioni di pronto soccorso.

STRUTTURA DEL CORSO

La struttura del Corso prevede 21 lezioni da 2 ore per un totale di 42 ore di formazione, più 6 ore di esame, così suddivise:

- 1 Regolamento e Tecnica Arbitrale ore 2
- 3 Teoria e Metodologia dell'Allenamento ore 6
- 16 Didattica, Tecnica e Pratica ore 32
- 1 Medicina applicata allo Sport 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 Provinciali; sono comunque consentite assenze per 4 Moduli di lezione (8 ore).

ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso di Allievo Allenatore che risultino idonei all'esame finale acquisiscono la qualifica di **"Allievo Allenatore – Primo Livello Giovanile"** con decorrenza dalla data dell'esame finale. Tale qualifica è definitiva, subordinata all'obbligo di frequenza annuale, fino al passaggio alla successiva qualifica, degli aggiornamenti tecnici organizzati dal Comitato Provinciale. Tale abilitazione consente di svolgere l'attività tecnica di Primo Allenatore nei Campionati di **Seconda e Terza Divisione** e nei Campionati di **Categoria in società partecipanti come massimo Campionato alla serie D Regionale**, e di Secondo Allenatore nei Campionati di Serie D, Prima, Seconda Terza Divisione e nei e nei Campionati di **Categoria in società partecipanti come massimo Campionato alla serie D Regionale**.

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

ESAME DI FINE CORSO

L'esame finale del corso verterà su:

- **Valutazione tecnico – pratica** (attraverso una griglia appositamente predisposta);
- **Prova Scritta** (compilazione di un questionario a risposte chiuse);
- **Prova Orale** (colloquio finale).

VALUTAZIONE FINALE

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

- **30/100** - Prova scritta;
- **40/100** - Valutazione tecnico - pratica;
- **30/100** – Prova orale.

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

*Per coloro che in occasione della valutazione finale del Corso Allievo Allenatore, nella parte relativa alle capacità tecniche abbiano ottenuto una valutazione inferiore a **12/100**, potranno comunque ottenere l'abilitazione complessiva, fermo restando la presenza di un debito formativo, da verbalizzare e segnalare in sede di invio della documentazione finale. Il debito dovrà essere colmato in occasione della valutazione del Corso di Primo Grado.*

CREDITI FORMATIVI E/O SPORTIVI

È previsto il **Riconoscimento di un Credito Sportivo** per “**20/100 capacità tecniche**” (esonero dalla valutazione in itinere) per gli atleti che per almeno una stagione negli ultimi 8 anni hanno partecipato a campionati di serie B1 – A2 – A1.

INFORMAZIONI

Per informazioni contattare esclusivamente la Segreteria del Comitato Provinciale FIPAV Rovigo: Tel. 0425/411820 – E-Mail info@fipavrovigo.net oppure il fiduciario allenatori Sig. Andrea Brigato: Tel. 340/8329832 – E-Mail allenatori@fipavrovigo.net. Le comunicazioni potranno essere inviate a mezzo fax al numero 0425/411825. Tutte le comunicazioni ed avvisi saranno reperibili nel sito web www.fipavrovigo.net.

La Segreteria del Comitato Provinciale FIPAV Rovigo riceve il lunedì, il mercoledì e il venerdì dalle 17:30 alle 19:00.

INFORMATIVA EX ART. 13 D.LGS. N° 196 DEL 30/06/2003

Ai sensi dell'art. 13 del D.lgs. n° 196/2003, recante disposizioni sul nuovo “Codice in materia di protezione dei dati personali” si informa che i dati forniti formeranno oggetto di trattamento nel rispetto della normativa sopra richiamata e degli obblighi di riservatezza. Tali dati verranno trattati per finalità istituzionali e amministrative, quindi strettamente connesse e strumentali all'attività statutaria. Il trattamento dei dati avverrà mediante utilizzo di supporto telematico o cartaceo idonei a garantire la sicurezza e la riservatezza. In relazione ai predetti trattamenti potrà esercitare i diritti di cui all'art. 7 del D.lgs. n° 196/2003 (cancellazione, modifica, opposizione al trattamento).

PIANO DI STUDI

In base a quanto previsto dalla Guida al Piano di Studi per la Formazione dei Quadri Tecnici 2009/2010, il Piano di Studi del Corso è il seguente:

<i>CORSO ALLIEVO ALLENATORE – 1° LIVELLO GIOVANILE 2009-2010</i>	
Il calendario si deve considerare ancora provvisorio e le sedi mancanti delle lezioni verranno comunicate al più presto.	
<p>LEZIONE 1 22.02.2010 20.30 – 22.30 Aula</p>	<p>MODULO 21 Regole di Gioco, Tecnica Arbitrale e Compilazione del Referto.</p>
<p>LEZIONE 2 26.02.2010 20.30 – 22.30 Aula</p>	<p>MODULO 20 Principali traumi cui può andare incontro il Pallavolista. Primo Soccorso. Il "Taping" funzionale: dita, caviglie.</p>
<p>LEZIONE 3 07.03.2010 09.00 – 13.00 Palestra</p>	<p>MODULO 1 Classificazione della pallavolo tra le discipline sportive: concetto di "sport di situazione". Concetto di "gioco sportivo di squadra". Cenni sulle problematiche dell'allenamento sportivo. Il profilo motivazionale del giovane verso la pratica sportiva e le conseguenti ricadute metodologiche ed applicative sull'operato dell'allenatore. Principi teorici dell'allenamento con i giovani. L'identificazione dei contenuti del processo di allenamento.</p> <p>MODULO 4 Cenni sul rapporto tra motricità ed accrescimento: incidenza dello sviluppo della persona sulle capacità di apprendimento motorio. L'apprendimento motorio: aspetti generali; le strategie di apprendimento; l'apprendimento per imitazione; l'apprendimento simbolico.</p>
<p>LEZIONE 4 14.03.2010 09.00 – 13.00 Aula</p>	<p>MODULO 2 Lo sviluppo delle capacità fisiche nella pallavolo: capacità organico muscolari e coordinative e loro sviluppo. Concetto di "abilità motoria". Obiettivi iniziali relativi alla preparazione fisica con i giovani: identificazione dei contenuti in rapporto alle fasi sensibili dell'apprendimento. La stabilizzazione dell'asse corporeo e delle articolazioni prossimali. Lo sviluppo di forza relativa attraverso il carico naturale e la difficoltà del compito motorio: la propriocezione e la propriocettiva. La costruzione dei range articolari completi. L'accoppiata eccentrico — concentrico e la sua coordinazione e velocizzazione.</p> <p>MODULO 5 Le caratteristiche dei movimenti generali e specifici della pallavolo: accelerazione e decelerazione; lateralizzazione; la traiettoria della palla; lettura, interpretazione ed anticipazione dell'ambiente (la palla, la gestualità dei compagni e la gestualità degli avversari).</p>

<p>LEZIONE 5 18.03.2010 20.30 – 22.30 Palestra</p>	<p>MODULO 6 Dalla didattica del palleggio alla identificazione delle attitudini per il ruolo di alzatore: traiettoria della palla ed asse corporeo. L'alzata avanti e dietro. Il palleggio nell'appoggio per la ricostruzione. Le attitudini al ruolo di alzatore. L'approccio all'allenamento specifico dell'alzatore.</p>
<p>LEZIONE 6 31.03.2010 20.30 – 22.30 Palestra</p>	<p>MODULO 3 Principi della programmazione tecnica per le fasce d'età giovanili: Under 14: la didattica. Under 16: identificazione del ruolo. Under 18: allenamento specialistico per lo sviluppo del ruolo e allenamento situazionale. Principi metodologici nell'organizzazione del settore giovanile: ruolo.</p>
<p>LEZIONE 7 08.04.2010 20.30 – 22.30 Palestra</p>	<p>MODULO 10 La didattica del servizio ed il suo sviluppo: il servizio dall'alto; il servizio in salto: con tecnica cosiddetta float; con tecnica cosiddetta spin.</p>
<p>LEZIONE 8 18.04.2010 9.00 – 13.00 Aula + Palestra</p>	<p>MODULO 7 Dalla didattica del bagher alla identificazione delle attitudini per il ruolo di ricevitore: traiettoria della palla ed asse corporeo. Orientamento del piano di rimbalzo e riferimento al bersaglio nel bagher didattico. Il bagher nell'appoggio per la ricostruzione. Il bagher per l'alzata. La ricezione del servizio. Il libero nella ricezione del servizio.</p> <p>MODULO 11 Dalla didattica del bagher alla impostazione delle tecniche di difesa: tecniche per il controllo della palla nella figura. Tecniche per il controllo della palla fuori figura. Interventi in caduta. Interventi in uscita. Il libero nella difesa.</p>

<p>LEZIONE 9 24.04.2010 15.00 – 19.00 Aula + Palestra</p>	<p>MODULO 8 La didattica della schiacciata. La schiacciata su alzata di palla alta: da posto 4 e da posto 2 con riferimento al tempo di rincorsa e stacco. La schiacciata su alzata di 2° tempo: da posto 4 e da posto 2 con riferimento all'azione degli arti superiori dallo stacco al colpo sulla palla. L'esercizio di sintesi di attacco contro muro (e difesa): i punti di riferimento per il muro.</p> <p>MODULO 9 Dalla didattica della schiacciata alla identificazione delle tecniche di attacco caratteristiche dei vari ruoli: l'attacco del ricettore attaccante; l'attacco del centrale; l'attacco dell'opposto; l'attacco dalla seconda linea.</p>
<p>LEZIONE 10 09.05.2010 9.00 – 13.00 Palestra</p>	<p>MODULO 12 Dalla didattica del muro alla identificazione delle tecniche per zone di competenza: tecniche didattiche di spostamento. Il piano di rimbalzo. I punti di riferimento. Tecniche specialistiche.</p> <p>MODULO 13 L'identificazione del centrale; l'attacco di primo tempo: il concetto di anticipo. L'evoluzione delle tecniche di muro del centrale. Le competenze complementari del centrale: l'alzata di contrattacco. La difesa.</p>
<p>LEZIONE 11 12.05.2010 20.30 – 22.30 Palestra</p>	<p>MODULO 19 L'allenamento tecnico — tattico attraverso il gioco: 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. Moduli specifici sull'attività di minivolley e under 12.</p>
<p>LEZIONE 12 21.05.2010 20.30 – 22.30 Palestra</p>	<p>MODULO 18 L'esercizio di sintesi. L'allenamento situazionale. Esercitazioni e riferimento al gioco. La difficoltà del compito. L'introduzione progressiva delle variabili situazionali. La componente tattica nell'esercizio di sintesi.</p>
<p>LEZIONE 13 30.05.2010 09.00 – 13.00 Palestra</p>	<p>MODULO 14 Identificazione dei criteri di specificità dei modelli di prestazione: il concetto di modello di prestazione nei giochi sportivi di squadra e di situazione. Significato dei modelli di prestazione tecnica. Significato dei modelli di prestazione fisica. Significato dei modelli di prestazione tattica. Identificazione dei criteri di differenziazione tra settore maschile e settore femminile.</p> <p>MODULO 17 I modelli di prestazione dell'under 18 maschile e femminile. Le tecniche di riferimento. I sistemi di gioco. Grado di specializzazione del sistema di allenamento. Attendibilità delle attitudini tecniche. Attendibilità delle attitudini fisiche. Comportamenti tattici di riferimento.</p>

LEZIONE 14

05.06.2010
15.00 – 19.00

Palestra

MODULO 15

I modelli di prestazione dell'under 14. Le tecniche di riferimento. I sistemi di gioco. Grado di specializzazione del sistema di allenamento. Attendibilità delle attitudini tecniche. Attendibilità delle attitudini fisiche. Comportamenti tattici di riferimento.

MODULO 16

I modelli di prestazione dell'under 16 maschile e femminile. Le tecniche di riferimento. I sistemi di gioco. Grado di specializzazione del sistema di allenamento. Attendibilità delle attitudini tecniche. Attendibilità delle attitudini fisiche. Comportamenti tattici di riferimento.



CORSO ALLIEVO ALLENATORE - 1° LIVELLO GIOVANILE 2009-2010

Domanda di adesione

Cognome _____ Nome _____

Codice Fiscale _____

Luogo di Nascita _____ Prov _____ Data ___ / ___ / ___

Residenza: Via/P.zza _____ n° _____

CAP _____ Città _____ Prov _____

Telefono _____ / _____ Cellulare _____ / _____

e-mail _____@_____ (obbligatoria)

Società Sportiva di riferimento _____

Telefono/ E-mail Società Sportiva di riferimento _____ / _____
_____ @ _____

Chiede l'iscrizione al corso in oggetto allegando alla presente:

- ✓ la ricevuta del versamento di **250,00 euro (Duecentocinquanta/00)**
indicare gli estremi _____
- ✓ il certificato medico di sana e robusta costituzione nel quale sia specificata l'attività di Pallavolo non agonistica.

Data _____

(firma corsista)