



**Prot. n. 086/2024**

**Palermo 16/09/2024**

**Alle Società  
del C.T. Fipav di Palermo  
A tutti gli interessati  
E p.c.  
al C.R. Fipav Sicilia  
Settore Tecnico**

Il Comitato Territoriale FIPAV di Palermo, di concerto con il Centro di Qualificazione Territoriale ed in collaborazione con il Settore Tecnico Regionale, indice ed organizza il **corso allenatore di primo grado - “Agevolato” 2024/2025**

## **CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO “AGEVOLATO”**

### **TIPO DEL CORSO**

- L’organizzazione del Corso è a cura del Comitato Territoriale di Palermo;
- Il Corso è strutturato su 12 lezioni da 2 ore per un totale di 24 ore di formazione, più 6 ore di esame.

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)

### **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 modulo di lezione (2 ore).

Gli interessati dovranno far pervenire entro e non oltre **il giorno 06 ottobre 2024** copia del pagamento della quota di iscrizione da versare al Comitato Territoriale Fipav di Palermo mediante bonifico bancario - IBAN: **IT86C0100504601000000010434** nonché il modulo di **iscrizione allegato** debitamente compilato esclusivamente a mezzo e-mail all'indirizzo [palermo@federvolley.it](mailto:palermo@federvolley.it). Per l'iscrizione occorre compilare anche il seguente modulo Google <https://forms.gle/iotDpA4naabnbTkL9>.

## **DIRETTORE DIDATTICO E DOCENZE**

Il **Direttore Didattico del Corso** sarà il Prof. Savasta Giovanni, coadiuvato dal Prof. Giuseppe Gennaro e dal sig. Marco Adornetto.

Il Direttore Didattico potrà avvalersi di Docenti Federali, Docenti Specialisti ed Esperti esterni per alcuni moduli di lezione.

## **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 di valutazione e monitoraggio dell'allenamento.

## STRUTTURA DEL CORSO

• La struttura del Corso prevede 12 lezioni (che si svolgeranno tra la metà di ottobre e la fine di gennaio) così suddivise:

- 4 Teoria e Metodologia dell'Allenamento Totale ore: 8
- 2 Didattica della Specializzazione Totale ore: 4
- 3 Sistema di allenamento Totale ore: 6
- 2 Sviluppo delle capacità di gioco Totale ore: 4
- 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 n. 1 moduli di lezione (2 ore).

## PIANO DI STUDI

MODULO	DATA	LUOGO	DOCENTE
1) La classificazione metodologica e strutturale della pallavolo tra le varie discipline sportive			
2) La seduta di allenamento tecnico – tattico			
3) L'esercizio nella forma analitica, sintetica e globale per l'allenamento tecnico-tattico			
4) Le competenze tecnico-tattiche per la costruzione delle azioni			



<b>di gioco dei vari ruoli</b>			
<b>5) Le competenze tecnico-tattiche la finalizzazione tattica delle azioni di gioco dei vari ruoli</b>			
<b>6) Dall'esercizio di battuta-ricezione all'allenamento del sistema di Cambio Palla</b>			
<b>7) L'esercizio di attacco vs muro e l'allenamento del sistema di muro</b>			
<b>8) L'esercizio di difesa ealzata di ricostruzione e l'allenamento dei sistemi di difesa e di contrattacco</b>			
<b>9) La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del Cambio Palla e quelli per l'allenamento del Break Point</b>			
<b>10) L'allenamento tecnico-tattico attraverso il gioco (con riferimento a modelli di prestazione dei campionati regionali)</b>			
<b>11) Protocolli per l'allenamento della forza</b>			
<b>12) La valutazione e il sistema di controllo dell'allenamento</b>			



## 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.

**Il Direttore Didattico**

**Prof. Giovanni Savasta**  
*Giovanni Savasta*



**Il Presidente del C.T. Fipav Palermo**

**Eduardo Cammilleri**  
*Eduardo Cammilleri*