

**CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO 2017**

data	orario	ore	tema	lezione	relatore	teoria/pratica
domenica, settembre 24, 2017	9.00 - 13.00	2	2 MODULI SPECIFICI – MATCH ANALYSIS	<b>MODULO 25</b> • Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite.	<b>Carbone</b>	teoria
		2	2 MODULI SPECIFICI – MATCH ANALYSIS	<b>MODULO 26</b> • Analisi ed utilizzazione della “scoutizzazione” effettuata in palestra.	<b>Carbone</b>	teoria
	14.00 – 15.30	2		<b>Sistemi di gioco</b>	<b>Carbone</b>	teoria
	15.30 – 18.00	2	DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO	<b>MODULO 7 (DID. TE1)</b> • Allenamento specifico dell'alzatore: o stabilizzazione dell'altezza specifica delle traiettorie di alzata. o Strategie per salvaguardare l'imprevedibilità delle scelte di alzata. o Casistica situazionale del comportamento tecnico dell'alzatore.	<b>Relato</b>	rappresentativa

domenica, ottobre 01, 2017	9.00 - 13.00	2	TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO	<b>MODULO 1 (METOD1)</b> • La seduta di allenamento tecnico – tattico. o L'organizzazione della seduta. o La programmazione degli obiettivi. o La gestione della seduta. o L'organizzazione del lavoro differenziato per i ruoli.	<b>Maver</b>	teoria
		2	TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO	<b>MODULO 2 (METOD2)</b> • Il metodo analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico – tattico. o Significato in riferimento alla struttura del gioco e in riferimento al singolo gesto esecutivo. o Modulazione nel programma di allenamento dell'utilizzo di esercitazioni analitiche, di sintesi e globali. o Facilitazione nel passaggio da esercitazioni analitiche ad esercitazioni di sintesi e globali.	<b>Maver</b>	teoria
	14.00 - 18.00	2	DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO	<b>MODULO 9 (DID. TE3)</b> • Allenamento specifico del centrale: o trasferimento dell'anticipo sui punti rete. Dalla palla “1” alla palla “7” e alla palla “2”. o Insegnamento delle tecniche di attacco con stacco ad un piede ( prerogativa della pallavolo femminile) Dalla palla “2” alla fast di secondo tempo <i>Azione di stacco perpendicolare alla rete</i> Dalla fast di secondo tempo alla fast di primo tempo <i>Anticipo del caricamento del colpo allo stacco</i>	<b>Carbone</b>	teoria/pratica
		2	DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO	<b>MODULO 11 (DID. TE5)</b> • L'allenamento specifico del libero . o Sviluppo del processo di apprendimento tecnico e di responsabilizzazione in ricezione. o Sviluppo della tecnica e della tattica di difesa. o Sviluppo delle competenze di alzata per il contrattacco.	<b>Maver</b>	teoria/pratica

domenica, ottobre 08, 2017	9.00 - 13.00	2	DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO	<b>MODULO 8 (DID. TE2)</b> • Allenamento specifico del ricevitore attaccante: o sviluppo dell'orientamento al bersaglio del piano di rimbalzo in ricezione. o Casistica situazionale del comportamento tecnico del ricettore – attaccante: Le situazioni di ricezione e preparazione delle rincorse d'attacco. Le situazioni di ricezione e copertura. Criteri di scelta della tecnica ottimale di ricezione in base alla traiettoria della palla. o L'attacco del ricevitore – attaccante	<b>Carbone</b>	teoria/pratica
		2	SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO	<b>MODULO 20 (SV.GIO1) ***</b> • L'esercizio di sintesi per l'allenamento dell'azione di cambio palla. o Limitazioni situazionali utilizzabili: zone di rete predefinite. Tipi di attacco. Combinazioni specifiche di due attaccanti.	<b>Carbone</b>	teoria/pratica
	14.00 - 18.00	2	SISTEMI DI ALLENAMENTO	<b>MODULO 12 (SIS.AL1) ***</b> • Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di battuta – ricezione. o Esercitazioni individuali. o Esercitazioni di collegamento tra due giocatori. o Esercitazioni di collegamento tra ricezione ed attacco del ricevitore stesso. o Esercitazioni ad obiettivo tecnico. o Esercitazioni ad obiettivo di rendimento.	<b>Relato</b>	rappresentativa
		2	SISTEMI DI ALLENAMENTO	<b>MODULO 13 (SIS.AL2) ***</b> • L'allenamento del sistema di ricezione. o Definizione dei principi di distribuzione delle competenze nel sistema di ricezione. o La gestione delle zone di conflitto: Tra ricevitori Tra ricevitori e libero Tra linea di ricezione e centrale o L'allenamento ad obiettivi.	<b>Relato</b>	teoria/pratica

domenica, ottobre 15, 2017	9.00 - 13.00	2	SISTEMI DI ALLENAMENTO	<b>MODULO 15 (SIS.AL4)</b> • L'allenamento del sistema di muro. o Identificazione delle situazioni in cui il muro non serve farlo. o Gestione dello spazio di rete da controllare individualmente e con la linea di muro: definizione delle posizioni di partenza. o Identificazione dei criteri di scelta tattica: numero componenti dell'azione di muro. Direzioni da chiudere all'attaccante avversario.	<b>Carbone</b>	teoria/pratica
		2	SISTEMI DI ALLENAMENTO	<b>MODULO 17 (SIS.AL6)</b> • Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco contro muro. o Lo sviluppo dei colpi dell'attaccante in funzione delle scelte del muro e della difesa. o Lo sviluppo dei colpi sul muro. o Casistica situazionale delle principali imprecisioni di alzata.	<b>Carbone</b>	teoria/pratica

	14.00 – 15.30	2	SISTEMI DI ALLENAMENTO	<b>MODULO 16 (SIS.AL5) ***</b> • Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione. o Difendere per contrattaccare. o L'alzata dei non palleggianti e casistica di intervento. o La preparazione delle rincorse per il contrattacco.	Relato	rappresentativa
	15.30 – 18.00	2	SISTEMI DI ALLENAMENTO	<b>MODULO 18 (SIS.AL7)</b> • L'allenamento del sistema di difesa e contrattacco. o Differenziazione tecnica tra la difesa degli attacchi lungo linea e la difesa degli attacchi in diagonale. o Casistica situazionale delle principali traiettorie di attacco. o La gestione delle competenze nelle zone di conflitto in difesa. o La difesa del posto 6.	Relato	rappresentativa
domenica, ottobre 22, 2017	15.00 – 19.00	2	TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO	<b>MODULO 3 (METOD3)</b> • Lo sviluppo della forza nel pallavolista. o Significato della forza massima per il giocatore di pallavolo. o La forza massima nel modello di prestazione della pallavolo. • Concetti generali relativi alle strategie di prevenzione del sovraccarico funzionale, relativamente a: o Caviglia, ginocchio, schiena e spalla. o Rapporto carico – recupero.	Maver/Paoli	teoria/pratica
		2	ESAME PRATICO	<b>MODULO 20 (SV.GIO1)</b> • L'esercizio di sintesi per l'allenamento dell'azione di cambio palla.		pratica
domenica, ottobre 29, 2017	15.00 – 19.00	2	SISTEMI DI ALLENAMENTO	<b>MODULO 14 (SIS.AL3) ***</b> • L'allenamento sistema di attacco per il cambio palla. o Valutazione dell'influenza dell'efficacia in ricezione sullo sviluppo dell'attacco per il cambio palla. o Criteri di distribuzione dell'alzata. o Concetto di rendimento per ogni rotazione.	Relato	teoria/pratica
		2	ESAME PRATICO	<b>MODULO 12 (SIS.AL1)</b> • Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di battuta – ricezione.		pratica
domenica, novembre 05, 2017	15.00 – 19.00	2	SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO	<b>MODULO 21 (SV.GIO2) ***</b> • L'esercizio di sintesi per l'allenamento dell'azione di break point. o Limitazioni situazionali utilizzabili: zone di rete. Numero di giocatori impegnati a muro. o Correlazione con la strategia di servizio.	Maver	teoria/pratica
		2	ESAME PRATICO	<b>MODULO 13 (SIS.AL2)</b> • L'allenamento del sistema di ricezione.		pratica
domenica, novembre 12, 2017	15.00 – 19.00	2	PREPARAZIONE MOTORIA	<b>MODULO 5 (PR.MOT1)</b> • L'errore nel processo di apprendimento: o la gestione dell'errore. o La prevenzione nei confronti dell'errore. o Il riconoscimento delle determinanti dell'errore. o La correzione dell'errore.	Relato	teoria/pratica
		2	ESAME PRATICO	<b>MODULO 16 (SIS.AL5)</b> • Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione.		pratica
domenica, novembre 19, 2017	15.00 – 19.00	2	SISTEMI DI ALLENAMENTO	<b>MODULO 19 (SIS.AL8)</b> • L'allenamento del sistema di copertura e contrattacco. o Casistica situazionale legata a: attacco di primo tempo e priorità. Attacco di secondo tempo e priorità. ♦ Differenze se l'attacco è da posto 4 o da posto 2 o 1. ♦ Gestione della posizione del libero. Attacco di palla alta.	Carbone	teoria/pratica
		2	ESAME PRATICO	<b>MODULO 14 (SIS.AL3)</b> • L'allenamento sistema di attacco per il cambio palla.		pratica
domenica, novembre 26, 2017	15.00 – 19.00	2	SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO	<b>MODULO 22 (SV.GIO3)</b> • L'allenamento tattico attraverso il gioco. o Il 6 vs 6 ad obiettivo tecnico di squadra o di sistema tattico. o Il 6 vs 6 a punteggio speciale. Esercitazioni per enfatizzare il cambio palla. Esercitazioni per enfatizzare il break point.	Maver	teoria/pratica
		2	ESAME PRATICO	<b>MODULO 21 (SV.GIO2)</b> • L'esercizio di sintesi per l'allenamento dell'azione di break point.		pratica
infrasett		2	TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO	<b>MODULO 4 (METOD4)</b> • La gestione del gruppo o Le strategie di comportamento nei diversi possibili momenti che caratterizzano le attività di una squadra. • Il gruppo sportivo maschile: o dinamiche motivazionali. o Dinamiche emozionali. • Il gruppo sportivo femminile: o dinamiche motivazionali. o Dinamiche emozionali.		teoria
infrasett		2	2 MODULI SPECIFICI – MEDICINA DELLO SPORT	<b>MODULO 23</b> • Fisiologia specialmente riferita al carico di lavoro.		teoria
infrasett		2	2 MODULI SPECIFICI – MEDICINA DELLO SPORT	<b>MODULO 24</b> • Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico.		teoria
infrasett		2	MODULO SPECIFICO – REGOLAMENTO E TECNICA ARBITRALE	<b>MODULO 27</b> • Approfondimenti sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale. o La casistica di gioco..		teoria

\*\*\* tema per esame