



# CORSO ALLENATORE PRIMO GRADO 2022-2023

**F.I.P.A.V.  
COMITATO  
TERRITORIALE  
SASSARI**

## - CALENDARIO DEFINITIVO -

OTTOBRE		NOVEMBRE		DICEMBRE		GENNAIO	
1	S	1	M	1	G	1	S
2	D	2	M	2	V	2	D
3	L	3	G	3	S	3	L
4	M	4	V	4	D	4	M
5	M	5	S	5	L	5	M
6	G	6	D	6	M	6	G
7	V	7	L	7	M	7	V
8	S	8	M	8	G	8	S
9	D	9	M	9	V	9	D
10	L	10	G	10	S	10	L
11	M	11	V	11	D	11	M
12	M	12	S	12	L	12	M
13	G	13	D	13	M	13	G
14	V	14	L	14	M	14	V
15	S	15	M	15	G	15	S
16	D	16	M	16	V	16	D
17	L	17	G	17	S	17	L
18	M	18	V	18	D	18	M
19	M	19	S	19	L	19	M
20	G	20	D	20	M	20	G
21	V	21	L	21	M	21	V
22	S	22	M	22	G	22	S
23	D	23	M	23	V	23	D
24	L	24	G	24	S	24	L
25	M	25	V	25	D	25	M
26	M	26	S	26	L	26	M
27	G	27	D	27	M	27	G
28	V	28	L	28	M	28	V
29	S	29	M	29	G	29	S
30	D	30	M	30	V	30	D
31	L	31	S	31	L	31	L

MODULI	
<b>A</b> PRESENTAZIONE	<b>18</b> SISTEMI DI ALLENAMENTO <i>Modulo 17 – Sis.A13</i>
<b>1</b> TEORIA E METODOLOGIA ALLEN. <i>Modulo 1 - Metod1</i>	<b>19</b> SISTEMI DI ALLENAMENTO <i>Modulo 19 – Sis.A14</i>
<b>2</b> TEORIA E METODOLOGIA ALLEN. <i>Modulo 2 - Metod2</i>	<b>20</b> SISTEMI DI ALLENAMENTO <i>Modulo 20 – Sis.A15</i>
<b>3</b> TEORIA E METODOLOGIA ALLEN. <i>Modulo 3 - Metod3</i>	<b>21</b> SISTEMI DI ALLENAMENTO <i>Modulo 21 – Sis.A16</i>
<b>4</b> TEORIA E METODOLOGIA ALLEN. <i>Modulo 4 - Metod4</i>	<b>22</b> SISTEMI DI ALLENAMENTO <i>Modulo 22 – Sis.A17</i>
<b>5</b> TEORIA E METODOLOGIA ALLEN. <i>Modulo 5 - Metod5</i>	<b>23</b> SVILUPPO CAPACITA' DI GIOCO <i>Modulo 23 – Sv.Gio1</i>
<b>6</b> DIDATTICA TECNICHE PALLAVOLO <i>Modulo 6 – Did.Te1</i>	<b>24</b> SVILUPPO CAPACITA' DI GIOCO <i>Modulo 24 – Sv.Gio2</i>
<b>7</b> DIDATTICA TECNICHE PALLAVOLO <i>Modulo 7 – Did.Te2</i>	<b>25</b> PREPARAZIONE FISICA <i>Modulo 25 – Pr.Fis1</i>
<b>8</b> DIDATTICA TECNICHE PALLAVOLO <i>Modulo 8 – Did.Te3</i>	<b>26</b> MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT <i>Modulo 26 – Med.Sp1</i>
<b>9</b> DIDATTICA TECNICHE PALLAVOLO <i>Modulo 9 – Did.Te4</i>	<b>27</b> MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT <i>Modulo 27 – Med.Sp2</i>
<b>10</b> DIDATTICA TECNICHE PALLAVOLO <i>Modulo 10 – Did.Te5</i>	<b>28</b> MATCH ANALYSIS <i>Modulo 28 – Ril.St1</i>
<b>11</b> DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE <i>Modulo 11 – Did.Sp1</i>	<b>29</b> MATCH ANALYSIS <i>Modulo 29 – Ril.St2</i>
<b>12</b> DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE <i>Modulo 12 – Did.Sp2</i>	<b>30</b> TECNICA ARBITRALE <i>Modulo 30 – Tec.Ar1</i>
<b>13</b> DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE <i>Modulo 13 - Did.Sp3</i>	<b>31</b> SITTING VOLLEY <i>Modulo 31 – Sit.Vo1</i>
<b>14</b> DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE <i>Modulo 14 - Did.Sp4</i>	
<b>15</b> DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE <i>Modulo 15 - Did.Sp5</i>	
<b>16</b> SISTEMI DI ALLENAMENTO <i>Modulo 16 – Sis.A11</i>	<b>B</b> QUESTIONARIO E PROVE ORALI
<b>17</b> SISTEMI DI ALLENAMENTO <i>Modulo 17 – Sis.A12</i>	



# CORSO ALLENATORE PRIMO GRADO 2022-2023

F.I.P.A.V.  
COMITATO  
TERRITORIALE  
SASSARI

## - CALENDARIO DEFINITIVO -

### CALENDARIO LEZIONI

DATA	ORARIO	DOCENTE	TIPOLOGIA	LEZIONE		
A	12/10/2022	18:00 - 18:30	PELTZ ALBERTO	1	PRESENTAZIONE DEL CORSO	
1	10/11/2022	19:00 - 21:00	FRANCESCO GAGLIARDI	1	METHOD1	LA SEDUTA DI ALLENAMENTO TECNICO-TATTICO
2	12/10/2022	18:30 - 20:30	PELTZ ALBERTO	1	METHOD2	L'ESERCIZIO ANALITICO, SINTETICO E GLOBALE NEL SISTEMA DI ALLENAMENTO TECNICO-TATTICO
3	20/11/2022	09:00 - 11:00	GIOVANNA PORCU	2	METHOD3	LA FORZA NELLA PALLAVOLO
4	20/11/2022	15:00 - 17:00	PELTZ ALBERTO	2	METHOD4	LA GESTIONE DEL GRUPPO
5	27/10/2022	19:00 - 21:00	FRANCESCO GAGLIARDI	1	METHOD5	LA VALUTAZIONE
6	16/10/2022	09:00 - 11:00	MICHELANGELO ANILE	2	DID.TE1	PERCORSO DIDATTICO PER L'IMPOSTAZIONE DELLE TECNICHE DI ALZATA
7	16/10/2022	11:00 - 13:00	MICHELANGELO ANILE	2	DID.TE2	PERCORSO DIDATTICO PER L'IMPOSTAZIONE DELLE TECNICHE DI RICEZIONE
8	16/10/2022	15:00 - 17:00	MICHELANGELO ANILE	2	DID.TE3	L'ATTACCO SECONDO I MODELLI ESECUTIVI CARATTERISTICI DEI VARI RUOLI
9	24/10/2022	19:00 - 21:00	FRANCESCO CONCI	1	DID.TE4	PERCORSO DIDATTICO PER L'IMPOSTAZIONE DELLE TECNICHE DI MURO
10	21/10/2022	19:00 - 21:00	FRANCESCO CONCI	1	DID.TE5	PERCORSO DIDATTICO PER L'IMPOSTAZIONE DELLE TECNICHE PER GLI INTERVENTI DIFENSIVI
11	23/10/2022	09:00 - 11:00	PELTZ ALBERTO	2	DID.SP1	CONTENUTI DELL'ALLENAMENTO SPECIFICO DELL'ATTACCANTE
12	23/10/2022	11:00 - 13:00	PELTZ ALBERTO	2	DID.SP1	CONTENUTI DELL'ALLENAMENTO SPECIFICO DEL RICEVITORE ATTACCANTE
13	23/10/2022	15:00 - 17:00	PELTZ ALBERTO	2	DID.SP1	CONTENUTI DELL'ALLENAMENTO SPECIFICO DEL CENTRALE
14	23/10/2022	17:00 - 19:00	PELTZ ALBERTO	2	DID.SP1	CONTENUTI DELL'ALLENAMENTO SPECIFICO DELL'OPPOSTO
15	30/10/2022	09:00 - 11:00	MICHELANGELO ANILE	2	DID.SP1	CONTENUTI DELL'ALLENAMENTO SPECIFICO DEL LIBERO
16	30/10/2022	11:00 - 13:00	MICHELANGELO ANILE	2	SIS.AL1	L'ESERCIZIO DI BATTUTA-RICEZIONE E L'ALLENAMENTO DEL SISTEMA DI RICEZIONE
17	30/10/2022	15:00 - 17:00	MICHELANGELO ANILE	2	SIS.AL2	L'ALLENAMENTO DEL SISTEMA TATTICO PER L'AZIONE DI CAMBIO PALLA
18	30/10/2022	17:00 - 19:00	MICHELANGELO ANILE	2	SIS.AL3	L'ALLENAMENTO DEL SISTEMA DI MURO E DEL COLLEGAMENTO BATTUTA-MURO
19	06/11/2022	09:00 - 11:00	PELTZ ALBERTO	2	SIS.AL4	LO SVILUPPO DELLA TECNICA ATTRAVERSO L'ESERCIZIO DI DIFESA E RICOSTRUZIONE
20	06/11/2022	11:00 - 13:00	PELTZ ALBERTO	2	SIS.AL5	LO SVILUPPO DELLA TECNICA ATTRAVERSO L'ESERCIZIO DI ATTACCO E CONTRO MURO
21	06/11/2022	15:00 - 17:00	PELTZ ALBERTO	2	SIS.AL6	L'ALLENAMENTO DEI SISTEMI DI DIFESA E CONTRATTACCO
22	06/11/2022	17:00 - 19:00	PELTZ ALBERTO	2	SIS.AL7	L'ALLENAMENTO DEI SISTEMI DI COPERTURA E CONTRATTACCO
23	13/11/2022	09:00 - 11:00	PELTZ ALBERTO	2	SV.GIO1	LA DIFFERENZIAZIONE METODOLOGICA TRA GLI ESERCIZI DI SINTESI PER L'ALLENAMENTO DEL CAMBIO PALLA
24	13/11/2022	11:00 - 13:00	PELTZ ALBERTO	2	SV.GIO2	L'ALLENAMENTO TATTICO ATTRAVERSO IL GIOCO
25	20/11/2022	11:00 - 13:00	GIOVANNA PORCU	2	PR.FIS1	PROTOCOLLI PER L'ALLENAMENTO DELLA FORZA
26	07/12/2022	18:00 - 20:00	STEFANO CINELLI	1	MED.SP1	FISIOLOGIA APPLICATA AL CARICO DI LAVORO E DEGLI ADATTAMENTI CONSEGUENTI
27	07/12/2022	20:00 - 22:00	STEFANO CINELLI	1	MED.SP1	PREVENZIONE DELLE POSSIBILI PATOLOGIE DI SOVRACCARICO
28	30/11/2022	18:00 - 20:00	MICHELANGELO ANILE	1	RIL.ST1	TECNICHE DI RILEVAMENTO DEI DATI DURANTE LE PARTITE
29	30/11/2022	20:00 - 22:00	MICHELANGELO ANILE	1	RIL.ST2	ANALISI E UTILIZZO DELLA SCOUTIZZAZIONE EFFETTUATA IN PALESTRA
30	24/11/2022	18:00 - 20:00	COLOSSEO SANDRO	1	TEC.AR1	APPROFONDIMENTI SUL REGOLAMENTO E SULLA TECNICA ARBITRALE
31	13/11/2022	18:00 - 20:00	BERETTA MASSIMO	1	SIT.VO1	IL SITTING VOLLEY



**CORSO ALLENATORE PRIMO GRADO  
2022-2023**

**F.I.P.A.V.  
COMITATO  
TERRITORIALE  
SASSARI**

**- CALENDARIO DEFINITIVO -**

E				PROVE ORALI
---	--	--	--	-------------

<b>TIPOLOGIA</b>	1	FORMAZIONE A DISTANZA SUL PORTALE DI FORMAZIONE
	2	LEZIONE PRATICA IN PALESTRA