



F.I.P.A.V. - COMITATO TERRITORIALE SASSARI  
Via Bellieni 24 – 07100 Sassari

**CORSO ALLIEVO ALLENATORE**  
**1° Livello di Formazione**  
**2022-2023**

**- INDIZIONE -**

Il Comitato Territoriale di Sassari della Federazione Italiana Pallavolo, in collaborazione con il Settore Tecnico Territoriale e di concerto con il Comitato Regionale della Sardegna, indice ed organizza il CORSO ALLIEVO ALLENATORE 2022/2023.

**TEMA ISPIRATORE**

- La **pianificazione dell'allenamento** e la **didattica delle dinamiche del gioco**

**OBIETTIVI DEL CORSO**

- Capacità di applicare **protocolli di lavoro precostituiti** in funzione di obiettivi selezionati sulla base di modelli di prestazione di livello provinciale regionale
  - la lettura e l'interpretazione del gioco della squadra per la formazione 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 principi metodologici per lo sviluppo dei presupposti dell'educazione fisica sportiva
  - principi teorici dell'allenamento: **PROGRESSIVITÀ – CONTINUITÀ - VARIABILITÀ**

**PROGRAMMA E STRUTTURA DEL CORSO**

- Il corso è strutturato in 23 lezioni da 2 ore per un totale di 46 ore di formazione, più 6 ore d'esame, così suddivise:

N° moduli	Piano di studi	Ore frequenza
4	Teoria e Metodologia dell'Allenamento	8
2	Elementi di motricità	4
14	Didattica, tecnica e pratica dell'allenamento	28
1	Medicina applicata allo Sport	2
1	Regolamento e Tecnica Arbitrale	2
1	Sitting Volley	2

- Sette moduli dei 23 previsti verranno sviluppati in modalità on-line su zoom, le modalità dei restanti moduli saranno effettuata in presenza.
- 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 ore di lezione non frequentate nell'ambito dei corsi attivati presso altri Comitati Territoriali
- Sono comunque consentite assenze per 3 moduli di lezione (6 ore)
- Per attivare il corso è previsto un numero minimo di 10 iscritti



**F.I.P.A.V. - COMITATO TERRITORIALE SASSARI**  
**Via Bellieni 24 – 07100 Sassari**

**PIANO DI STUDI**

<b>TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO</b>		
Modulo 1	Metod1	La classificazione metodologia e strutturale della pallavolo tra le varie discipline sportive
Modulo 2	Metod2	Lo sviluppo delle capacità fisiche nella prassi dell'allenamento per la pallavolo
Modulo 3	Metod3	I principi metodologici nell'organizzazione del settore giovanile
Modulo 4	Metod4	Il sistema di gioco come mezzo formativo
<b>PREPARAZIONE MOTORIA</b>		
Modulo 5	Pr.Mot1	I presupposti motori che qualificano le tecniche pallavolistiche
Modulo 6	Pr.Mot2	Gli obiettivi per un corretto approccio alla preparazione fisica
<b>DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO</b>		
Modulo 7	Did.Te1	La didattica del palleggio
Modulo 8	Did.Te2	La didattica del bagher
Modulo 9	Did.Te3	La didattica della schiacciata
Modulo 10	Did.Te4	La differenziazione delle tecniche di attacco
Modulo 11	Did.Te5	La didattica del servizio ed il suo sviluppo
Modulo 12	Did.Te6	La didattica del muro nelle zone di competenza dei vari ruoli
Modulo 13	Did.Te7	Adattamenti della tecnica del bagher per gli interventi difensivi
<b>LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE</b>		
Modulo 14	Did.Sp1	La scelta e l'impostazione tecnica dei vari ruoli per un funzionale sistema di gioco
<b>MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO TATTICO NELLA PALLAVOLO</b>		
Modulo 15	Mod.Pr1	Identificazione dei criteri di specificità dei modelli di prestazione
Modulo 16	Mod.Pr2	I modelli di prestazione nella fascia 12-14 anni
Modulo 17	Mod.Pr3	I modelli di prestazione nella fascia 14-16 anni
Modulo 18	Mod.Pr4	I modelli di prestazione nella fascia 16-18 anni
<b>SISTEMI DI ALLENAMENTO</b>		
Modulo 19	Sis.All1	L'esercizio di sintesi
<b>SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO</b>		
Modulo 20	Sv.Gio1	L'allenamento tecnico-tattico attraverso il gioco
<b>MODULO SPECIFICO – MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT</b>		
Modulo 21	Med.Sp1	Principali traumi cui può andare incontro il Pallavolista – Primo Soccorso - Taping
<b>MODULO SPECIFICO – TECNICA ARBITRALE</b>		
Modulo 22	Tec.Ar1	Regole di gioco, tecnica arbitrale e compilazione del referto
<b>MODULO SPECIFICO – SITTING VOLLEY</b>		
Modulo 23	Sit.Vol1	Il Sitting Volley



**F.I.P.A.V. - COMITATO TERRITORIALE SASSARI**  
**Via Bellieni 24 – 07100 Sassari**

## **PERIODO DI SVOLGIMENTO**

- Il corso (23 moduli da due ore per un totale di 46 ore + 6 ore di esame) di svolgerà nei mesi di MAGGIO 2023 – GIUGNO 2023
- IL CALENDARIO DEFINITIVO VERRA' INVIATO DOPO LA CONFERMA DI ALMENO 10 ISCRITTI AL CORSO

**PRIMA LEZIONE: LUNEDÌ 22 MAGGIO dalle 19:00 alle 21:30**  
**piattaforma e-learnig**

## **ABILITAZIONE**

I partecipanti al Corso Allievo Allenatore – 1° Livello di Formazione che risultino idonei all'esame finale, acquisiscono la qualifica di “**ALLIEVO ALLENATORE – 1° LIVELLO DI FORMAZIONE**”, dopo la ratifica del Settore Tecnico FIPAV, con decorrenza dalla data dell'esame finale.

La qualifica di “**Allievo Allenatore – 1° Livello di Formazione**” è definitiva ed il suo mantenimento è subordinato all'obbligo di frequenza annuale degli aggiornamenti previsti per il livello di qualificazione, fino al passaggio alla successiva qualifica.

## **ATTIVITÀ TECNICA**

L'abilitazione di “**Allievo Allenatore – 1° Livello di Formazione**” consente di svolgere la seguente attività tecnica:

- Primo Allenatore nei campionati di Seconda e Terza Divisione ed in TUTTI i Campionati di Categoria
- Secondo Allenatore nei Campionati di Prima, Seconda e Terza Divisione ed 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.*

## **ISCRIZIONI E REQUISITI**

- La quota di partecipazione è fissata in € 300,00 (euro Trecento/00) da versare su c/c Bancario - Codice IBAN: **IT51K0100517201000000002343**, banca: **BNL** intestato a: **Federazione Italiana Pallavolo Via Bellieni 24 – 07100 SASSARI**, indicando la causale del versamento nella quale includere **sempre** cognome e nome del candidato. **Il pagamento della quota di iscrizione è condizione essenziale per l'ammissione all'esame di fine corso.**
- Per iscriversi al Corso i candidati dovranno, entro e non oltre il **12/05/2023**:
  - aver compiuto il 18° anno d'età
  - essere in possesso di **certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica** nel quale sia specificata l'attività di Pallavolo con validità estesa a tutta la durata del corso. Per gli atleti è valida la fotocopia dell'idoneità agonistica alla “**PALLAVOLO**” in corso di validità
  - presentare domanda di iscrizione, entro il **12/05/2023**, compilando l'apposito modulo allegato
  - compilare e sottoscrivere l'allegato modulo privacy
  - allegare copia del versamento effettuato



*La domanda di iscrizione deve pervenire alla segreteria del Comitato Territoriale FIPAV di Sassari, all'indirizzo [tecnici.ctsassari@gmail.com](mailto:tecnici.ctsassari@gmail.com), entro e non oltre la data indicata. Il certificato medico può pervenire al medesimo indirizzo non oltre la data della prima lezione.*

## VALUTAZIONE FINALE

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

- **40/100 Valutazione tecnico-pratica in itinere:**
  - 25/100 capacità tecniche
  - 15/100 capacità di conduzione
  
- **25/100 Prova scritta con sbarramento**
  - Il questionario dovrà essere somministrato durante l'ultima lezione del Corso
  - Le domande, a risposta chiusa con 3 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
  - Il punteggio ottenuto nei questionari sarà strutturato nel modo seguente:
    - ◆ 0-10 punti: sbarramento non superato, obbligatorio ripetere la prova
    - ◆ 11-15 punti: necessario approfondire le tematiche oggetto della prova
    - ◆ 16-24 punti: sbarramento superato
    - ◆ 25 punti: esonero per la parte relativa alle domande sul questionario delle prova orale e conseguimento di 15 punti
  
- **35/100 Prova Orale**
  - 15/100 domande relative al questionario (esonero nel caso in cui il punteggio riportato nel questionario sia 25/100)
  - 20/100 domande a discrezione del docente

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

## RICONOSCIMENTO CREDITI SPORTIVI

Coloro i quali, per almeno una stagione nel corso degli ultimi 8 anni, hanno partecipato come atleti a campionati di Serie A e B hanno diritto al riconoscimento di un credito di 25/100 relativo alle capacità tecniche, e quindi all'esonero della valutazione in itinere per questa parte della valutazione tecnico-pratica in itinere.

Sassari, 3 maggio 2023