

Formazione dei Quadri Tecnici

Corso

Allievo Allenatore 1° Livello Giovanile

S.A. 2020/2021

ISCRIZIONI

dal 9 al 29 Settembre 2020



Corso ALLIEVO ALLENATORE 1° LIVELLO GIOVANILE

Il Comitato Territoriale di Torino della Federazione Italiana Pallavolo, in collaborazione con il Settore Tecnico Territoriale e di concerto con il Comitato Regionale del Piemonte, indice ed organizza il CORSO ALLIEVO ALLENATORE 1° LIVELLO GIOVANILE 2020/2021 secondo quanto previsto dalla “Guida per la formazione dei quadri tecnici 2018-2020” e “Guida formazione dei quadri tecnici protocollo di lavoro periodo Covid-19 stagioni 2019/2020 - 2020/2021”.

TEMA ISPIRATORE

- 🏐 Il processo di allenamento e la didattica delle tecniche di base

OBIETTIVI DEL CORSO

- 🏐 Capacità di applicare protocolli di lavoro precostituiti in funzione di obiettivi selezionati sulla base dei modelli di prestazione di livello territoriale e regionale
 - la lettura ed interpretazione del gioco della squadra per la formulazione 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: poggessività-continuità-variabilità

VINCOLI DI ISCRIZIONE

- 🏐 Possono partecipare al Corso Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile coloro che abbiano già compiuto il 18° anno di età all'atto dell'iscrizione
- 🏐 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

PROGRAMMA DEL CORSO

MODALITA' DI SVOLGIMENTO

- Il corso, di tipo periodico, è strutturato in 23 lezioni da 2 ore per un totale di 46 ore di formazione, più 6 ore di esame.
- Le lezioni saranno effettuate con la modalità della formazione a distanza su portale e-learning [eventualmente da valutare in un secondo tempo la possibilità di effettuare le lezioni pratiche in palestra (Didattica della tecnica di pallavolo – da modulo 7 a modulo 13), Decreti Ministeriali e Protocolli permettendo].

STRUTTURA DEL CORSO

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

PIANO DI STUDI

TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO		
Modulo 1	Metod1	La classificazione metodologica 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
PREPARAZIONE MOTORIA		
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
DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO		
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
LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE		
Modulo 14	Did.Sp1	La scelta e l'impostazione tecnica dei vari ruoli per un funzionale sistema di gioco
MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO TATTICA NELLA PALLAVOLO		
Modulo 15	Mod.Pr1	Identificazione dei criteri di specificità dei modelli di prestazione
Modulo 16	Mod.Pr2	I modelli di prestazione nella fascia 12-15 anni
Modulo 17	Mod.Pr3	I modelli di prestazione nella fascia 14-17 anni
Modulo 18	Mod.Pr4	I modelli di prestazione nella fascia 16-19 anni
SISTEMI DI ALLENAMENTO		
Modulo 19	Sis.AI1	L'esercizio di sintesi

SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO		
Modulo 20	Sv.Gio1	L'allenamento tecnico-tattico attraverso il gioco
MODULO SPECIFICO - MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT		
Modulo 21	Med.Sp1	Principali traumi cui può andare incontro il pallavolista
MODULO SPECIFICO - TECNICA ARBITRALE		
Modulo 22	Tec.Ar1	Regole di gioco, Tecnica Arbitrale e Compilazione del regerto
MODULO SPECIFICO - SITTING VOLLEY		
Modulo 23	Sit.Vo1	Il Sitting Volley

PERIODO DI SVOLGIMENTO

 Il corso si svolgerà nei mesi di Ottobre 2020 ÷ Gennaio 2021 come da calendario

PRIMA LEZIONE: SABATO 3 OTTOBRE 2020 dalle 8.30 alle 13.00
piattaforma e-learning



ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allievo Allenatore – 1° Livello Giovanile, che risultino idonei all'esame finale, acquisiscono la qualifica di **“ALLIEVO ALLENATORE - 1° LIVELLO GIOVANILE”** [ALL - 1LG] con decorrenza dalla data di ratifica del corso.

La qualifica di **“Allievo Allenatore 1LG”** è definitiva ed il suo mantenimento è subordinato all'obbligo di frequenza annuale degli aggiornamenti previsti per il livello di qualificazione.

ATTIVITA' TECNICA

L'abilitazione di **“Allievo Allenatore 1LG”** 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, Terza Divisione ed in tutti i Campionati di Categoria

TIROCINIO

Durante la fase di svolgimento del Corso, ciascun partecipante dovrà svolgere attività certificata presso società affiliate FIPAV espletando le funzioni di Allenatore Praticante nei Campionati di Prima e Seconda Divisione e nei Campionati di Categoria.

Il Tirocinio dovrà essere certificato da almeno 5 presenze sul CAMP3.

NORMATIVA: Il Comitato Territoriale di Torino, all'atto delle iscrizioni al Corso Allievo Allenatore Primo Livello Giovanile, inserirà sul tesseramento on-line i dati di tutti i partecipanti, compilando per ciascuno il modello M elettronico, ed il sistema assegnerà loro la matricola temporanea; a questo punto il Comitato Territoriale inviterà i Tecnici iscritti al corso al pagamento della quota di primo tesseramento pari ad € 20,00 con carta di credito (Visa, Mastercard, Maestro).

Il pagamento della sopracitata quota di tesseramento potrà essere effettuata, entrando sul sito www.federvolley.it nella sezione del Tesseramento Online Tecnici (inserendo

Matricola e Codice Fiscale), soltanto attraverso pagamento “On line” con Carta di Credito. Verificato il pagamento il Comitato Territoriale farà sottoscrivere il Modello M in formato cartaceo; quest’ultimo rimarrà agli del Comitato, in quanto documento di accettazione del Primo Tesseramento.




Il Primo Tesseramento avrà validità fino al 30 giugno 2021 e consentirà ai Tecnici di svolgere la propria attività da Allievo Allenatore Praticante e, una volta superato e ratificato l’esame finale, per la parte della stagione sportiva restante quella da Allievo Allenatore Primo Livello Giovanile. Nel caso di non idoneità all’esame finale il Primo Tesseramento sarà revocato, senza possibilità di recupero da parte del partecipante della quota versata.

Dal momento che i Tecnici inseriti con qualifica da “Praticante”, potranno svolgere l’attività prevista con tirocinio del Corso Allievo Allenatore Primo Livello Giovanile (presenza in almeno 5 partite) vincolandosi con una Società a titolo gratuito in tutti i Campionati di Serie Territoriale e di Categoria fino alle fasi Regionali escluse. Le Società che permetteranno ai Tecnici di svolgere l’attività di tirocinio, dovranno effettuare la normale procedura di vincolo online (inserendo le serie e/o categorie di interesse e indistintamente il ruolo di primo o secondo allenatore) per poi provvedere, al momento della compilazione del Camp 3, all’inserimento dei Tecnici Praticanti nell’apposita sezione prevista dal modulo.

Ogni Allievo Praticante dovrà inviare copia del Camp 3 e del Referto delle 5 partite in cui è stato presente (si prega di scannerizzare tale documentazione e di inviare in un’unica soluzione i 5 Camp3/Referti all’indirizzo e-mail allenatori@torino.federvolley.it).

VALUTAZIONE INIZIALE

In apertura del Corso sarà somministrato agli iscritti un questionario volto a definire il livello delle conoscenze iniziali dei partecipanti stessi. Il questionario, a cura del Direttore Didattico, sarà composto da 20 domande a risposta multipla (una sola corretta) così distribuite per macro argomenti:


-  10 domande: area tecnico-motoria
-  5 domande: area metodologica
-  5 domande: preparazione fisica

Questa prova non da punteggio.

La prova servirà al Direttore Didattico per richiedere ai corsisti di approfondire gli argomenti deficitari prima del termine del corso, e per dare precise indicazioni ai docenti di mettere più o meno attenzioni nello svolgimento del programma.

VALUTAZIONE FINALE

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

-  **20/100 Prova Tecnica:**
 - Spedizione del video individuale entro il termine del 19/12/2020
 - Il video individuale per la valutazione dovrà avere le seguenti caratteristiche:
 - la ripresa dovrà essere effettuata da un’angolazione laterale o frontale/laterale

- la ripresa dovrà essere effettuata senza tagli per ogni fondamentale richiesto
 - ogni clip video dovrà avere una durata di circa 15 secondi in presa diretta con la reale esecuzione comprendente esecuzioni corrette ed eventuali errori
 - la ripresa dovrà essere effettuata con audio ma senza rumori di fondo, musica e commenti esterni (si dovrà sentire solo il rumore del contatto con il pallone)
 - prima dell'inizio dell'esecuzione tecnica il corsista dovrà presentare l'esercizio come se lo stesse proponendo ai propri giocatori. Si richiede un tono chiaro e deciso; questo verrà anche valutato come esempio di capacità di conduzione
- I fondamentali e le progressioni da eseguire per la dimostrazione delle capacità tecniche sono:
- ripetizioni di palleggi sul posto, consecutivi di media altezza
 - ripetizioni di palleggi sul posto, consecutivi con altezza alternata alto e basso (1 alto e 1 basso)
 - ripetizioni di bagher sul posto, consecutivi di media altezza
 - ripetizioni di bagher sul posto, consecutivi con altezza alternata alto e basso (1 alto e 1 basso)
 - ripetizioni di colpi al muro, alternando palleggio e bagher, consecutivi di media altezza
 - ripetizioni di colpi al muro, alternando ad ogni bagher al muro un palleggio sul posto, consecutivi di media altezza
 - ripetizioni di colpi a tessa in prossimità del muro, utilizzando la schiacciata sempre con lo stesso arto dominante, consecutivi, con le spalle fronte alla parete, in modo tale da far rimbalzare la palla terra/muro
 - ripetizioni di colpi al muro, utilizzando il colpo di battuta float sempre con lo stesso arto dominante (contatto con la palla sopra la linea della testa e lancio della palla con l'arto opposto non dominante), consecutivi, con le spalle fronte alla parete. La palla dovrà tornare tra le mani di chi esegue l'azione. Si richiede una distanza di circa $\frac{3}{4}$ metri
 - stesso del precedente con ritorno della palla sul bagher di chi esegue l'azione, che continuerà con un controllo e blocco della palla con due mani sopra la linea della testa; proseguirà così con i successivi da palla ferma in mano. Si richiede una distanza di circa 6 metri

 **30/100 Prova di dimostrazione esecutiva e descrittiva:**

- Spedizione del video individuale entro il termine del 19/12/2020
- le caratteristiche del video sono le stesse della Prova Tecnica
- i movimenti e le progressioni da eseguire senza palla, per la dimostrazione sono:

- dimostrazione e descrizione della posizione di bagher
 - dimostrazione e descrizione della posizione di palleggio
 - dimostrazione e descrizione della posizione di difesa
 - dimostrazione e descrizione della posizione d'attesa ed esecuzione del muro
 - dimostrazione e descrizione del gesto d'attacco
- i movimenti e le progressioni da eseguire con la palla, per la dimostrazione della gestualità del Tecnico in campo sono:
- dimostrazione di appoggio al palleggiatore: ripetizioni di lanci dal basso (sotto la linea del petto), consecutivi di altezza medio/alta a bersaglio
 - dimostrazione di rimessa in gioco nel campo opposto, dal basso: ripetizione di colpi consecutivi di altezza medio/alta a bersaglio. Il soggetto dovrà avere due palloni: uno tenuto fermo sotto il braccio (tenuto con braccio e fianco), l'altro tenuto con lo stesso braccio ma con la mano aperta a sorreggerlo. L'altro braccio (il dominante) verrà usato esclusivamente per colpire
 - dimostrazione di rimessa in gioco nel proprio campo, dall'alto: ripetizione di colpi con la mano aperta, contatto sopra la linea della testa (colpo pallonetto), consecutivi di altezza media a bersaglio

Per tutte le progressioni che prevedono un bersaglio, esso dovrà avere le seguenti caratteristiche:

- una grandezza di 1m x 1m circa (se quadrato) o 1m di diametro (se rotondo)
- una distanza dal bersaglio idonea alla dimostrazione del determinato gesto
- se possibile, nel rispetto delle normative vigenti, si consiglia (come sostituzione del bersaglio) l'ausilio di un aiutante per il blocco e la restituzione della palla

10/100 Questionario Formativo:

- il questionario dovrà essere somministrato nei giorni immediatamente successivi all'ultima lezione del corso
- le 10 domande, a risposta aperta, riguarderanno gli argomenti più caratterizzanti il percorso formativo, trattati dai Docenti del Corso
- Ogni domanda verrà valutata dal Direttore Didattico seguendo la griglia di valutazione
 - Risposta esaustiva – 1 punto
 - Risposta non esaustiva 0

Per essere considerata Esaustiva una risposta dovrà rispondere ai seguenti punti:

- Conoscenze : capacità di padronanza e articolazione dell'argomento
 - Competenze : capacità di attinenza ed esattezza della risposta
 - Abilità : capacità di sintesi e concretezza
- le risposte potranno avere una lunghezza massima di 300 parole circa

-
- alle risposte corrette verrà assegnato il relativo punteggio
 - le risposte non corrette saranno oggetto della seconda prova del questionario
 - il punteggio sommato tra la prima e la seconda prova darà quello finale
 - nel caso rimanessero domande non correttamente risposte, saranno argomento della prova orale
 - la ripetizione della prova scritta dovrà essere effettuata almeno tre giorni prima del giorno stabilito per la prova orale

 **40/100 Prova Orale:**

- sarà da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario
- gli argomenti richiesti potranno spaziare su tutto il programma svolto e sulle domande non risposte del questionario

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 15/100 relativo alle capacità tecniche, e quindi all'esonero della valutazione in itinere per questa parte della valutazione tecnico-pratica in itinere.

La qualifica di "Allievo Allenatore 1° Livello Giovanile" è rilasciata automaticamente a:

- 🏐 Studenti delle facoltà Universitarie di Scienze Motorie che abbiano superato entro i due anni precedenti alla richiesta, l'esame di pallavolo (o giochi sportivi parte pallavolo) con votazione uguale o superiore a 27/30
- 🏐 Diplomati ISEF o Laureati in Scienze Motorie (senza alcun limite di tempo)

QUOTA DI PARTECIPAZIONE e MODALITA' DI VERSAMENTO

- 🏐 La quota di partecipazione al corso è fissata in **€ 300,00**
- 🏐 Effettuare Bonifico Bancario intestato a:

FIPAV COMITATO TERRITORIALE di TORINO

Codice IBAN: **IT35 D 01005 01013 00000 0000510**

MODALITA' DI ISCRIZIONE

- 🏐 I partecipanti dovranno effettuare la procedura di iscrizione attraverso il sito <http://torino.federvolley.it> Menu **Settore Tecnico** Sezione **Area Allenatori**
- 🏐 **Entrare** sul portale dedicato al **Corso Allievo Allenatore**
- 🏐 **Cliccare** sul pulsante rosso **ISCRIVITI AL CORSO**
- 🏐 **Compilare** integralmente il modulo di iscrizione on-line
- 🏐 **Stampare** e **firmare** il modulo con il quale si trasmette il versamento della quota di partecipazione e si dichiara di aver preso visione delle norme che regolano il corso
- 🏐 **Allegare** al modulo copia del bonifico effettuato
- 🏐 **Inviare** il tutto all'indirizzo allenatori@torino.federvolley.it

INDICAZIONI IMPORTANTI

- 🏐 All'atto dell'iscrizione è necessario inviare un **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
- 🏐 Durante il corso non sarà autorizzato l'utilizzo di qualsiasi sistema di registrazione audio e video da parte dei partecipanti. L'eventuale trasgressione di tale indicazione potrà essere sanzionata con l'esclusione immediata dal corso e l'attivazione delle procedure di giustizia sportiva previste dai vigenti regolamenti federali