

STAGIONE 2022/2023

ALLENATORE PRIMO GRADO

NOVEMBRE		DICEMBRE		GENNAIO		FEBBRAIO		MARZO		APRILE	
1	M	1	G	1	D CAPODANNO	1	M	1	M	1	S
2	M	2	V	2	L	2	G	2	G	2	D
3	G	3	S	3	M	3	V	3	V	3	L
4	V	4	D MOD 26 - 27	4	M	4	S MOD 16 -17	4	S MOD 28 - 29	4	M
5	S	5	L	5	G	5	D	5	D MOD 24	5	M
6	D	6	M	6	V EPIFANIA	6	L	6	L	6	G PASQUA
7	L	7	M MOD 1	7	S	7	M	7	M	7	V PASQUA
8	M	8	G IMMACOLATA	8	D	8	M	8	M	8	S PASQUA
9	M	9	V	9	L	9	G	9	G MOD 20	9	D PASQUA
10	G	10	S	10	M	10	V	10	V	10	L PASQUA
11	V	11	D MOD 3 - 30	11	M	11	S MOD 12 - 14	11	S MOD 18 - 19	11	M PASQUA
12	S	12	L	12	G	12	D	12	D	12	M
13	D	13	M	13	V	13	L	13	L	13	G
14	L	14	M MOD 5	14	S MOD 8 - 9	14	M	14	M	14	V
15	M	15	G	15	D	15	M	15	M	15	S B
16	M	16	V	16	L	16	G	16	G MOD 21	16	D
17	G	17	S MOD 6 - 11	17	M	17	V	17	V	17	L
18	V	18	D	18	M	18	S CARNEVALE	18	S	18	M
19	S	19	L	19	G	19	D CARNEVALE	19	D	19	M
20	D	20	M	20	V	20	L CARNEVALE	20	L	20	G
21	L	21	M	21	S MOD 7 - 10	21	M CARNEVALE	21	M	21	V
22	M	22	G	22	D	22	M	22	M	22	S E
23	M	23	V	23	L	23	G	23	G	23	D
24	G	24	S	24	M	24	V	24	V	24	L
25	V	25	D NATALE	25	M	25	S	25	S MOD 22 - 23	25	M LIBERAZIONE
26	S MOD 2	26	L S.STEFANO	26	G	26	D MOD 25 - 31	26	D	26	M
27	D	27	M	27	V	27	L	27	L	27	G
28	L	28	M	28	S MOD 13 - 15	28	M	28	M	28	V
29	M MOD 4	29	G	29	D			29	M	29	S
30	M	30	V	30	L			30	G	30	D
		31	S	31	M			31	V		

PIANO DI STUDIO - MODULI DI FORMAZIONE

- | | | | |
|-----------|-------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------|
| A | PRESENTAZIONE | 18 | SISTEMI DI ALLENAMENTO
<i>Modulo 18 - Sis.AI3</i> |
| 1 | TEORIA E METODOLOGIA ALLENAM.
<i>Modulo 1 - Metod1</i> | 19 | SISTEMI DI ALLENAMENTO
<i>Modulo 19 - Sis.AI4</i> |
| 2 | TEORIA E METODOLOGIA ALLENAM.
<i>Modulo 2 - Metod2</i> | 20 | SISTEMI DI ALLENAMENTO
<i>Modulo 20 - Sis.AI5</i> |
| 3 | TEORIA E METODOLOGIA ALLENAM.
<i>Modulo 3 - Metod3</i> | 21 | SISTEMI DI ALLENAMENTO
<i>Modulo 21 - Sis.AI6</i> |
| 4 | TEORIA E METODOLOGIA ALLENAM.
<i>Modulo 4 - Metod4</i> | 22 | SISTEMI DI ALLENAMENTO
<i>Modulo 22 - Sis.AI7</i> |
| 5 | TEORIA E METODOLOGIA ALLENAM.
<i>Modulo 5 - Metod5</i> | 23 | SVILUPPO CAPACITA' DI GIOCO
<i>Modulo 23 - Sv.Gio1</i> |
| 6 | DIDATTICA TECNICHE PALLAVOLO
<i>Modulo 6 - Did.Te1</i> | 24 | SVILUPPO CAPACITA' DI GIOCO
<i>Modulo 24 - Sv.Gio2</i> |
| 7 | DIDATTICA TECNICHE PALLAVOLO
<i>Modulo 7 - Did.Te2</i> | 25 | PREPARAZIONE FISICA
<i>Modulo 25 - Pr.Fis.1</i> |
| 8 | DIDATTICA TECNICHE PALLAVOLO
<i>Modulo 8 - Did.Te3</i> | 26 | MEDICINA APPLICATA SPORT
<i>Modulo 26 - Med.Sp1</i> |
| 9 | DIDATTICA TECNICHE PALLAVOLO
<i>Modulo 9 - Did.Te4</i> | 27 | MEDICINA APPLICATA SPORT
<i>Modulo 27 - Med.Sp2</i> |
| 10 | DIDATTICA TECNICHE PALLAVOLO
<i>Modulo 10 - Did.Te5</i> | 28 | MATCH ANALYSIS
<i>Modulo 28 - Ril.St1</i> |
| 11 | DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE
<i>Modulo 11 - Did.Sp1</i> | 29 | MATCH ANALYSIS
<i>Modulo 29 - Ril.St2</i> |
| 12 | DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE
<i>Modulo 12 - Did.Sp2</i> | 30 | TECNICA ARBITRALE
<i>Modulo 30 - Tec.Ar1</i> |
| 13 | DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE
<i>Modulo 13 - Did.Sp3</i> | 31 | SITTING VOLLEY
<i>Modulo 31 - Sit.Vo1</i> |
| 14 | DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE
<i>Modulo 14 - Did.Sp4</i> | B | ESAME PRATICO |
| 15 | DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE
<i>Modulo 15 - Mod.Sp5</i> | D | QUESTIONARIO FORMATIVO |
| 16 | SISTEMI DI ALLENAMENTO
<i>Modulo 16 - Sis.AI1</i> | E | INIZIO PROVE ORALI |
| 17 | SISTEMI DI ALLENAMENTO
<i>Modulo 17 - Sis.AI2</i> | | |



STAGIONE 2022/2023

ALLENATORE PRIMO GRADO



CALENDARIO LEZIONI

	DATA	ORARIO	DOCENTE	TIPOLOGIA	LEZIONE
A	26/11/2022	9.00 - 9.30	MOGLIO	1	PRESENTAZIONE DEL CORSO
2	26/11/2022	9.30 - 11.30	MOGLIO	1 METHOD2	L'ESERCIZIO ANALITICO, SINTETICO E GLOBALE NEL SISTEMA SI ALLENAMENTO TECNICO-TATTICO
4	29/11/2022	19.00 - 21.00	RIZZO	1 METHOD4	LA GESTIONE DEL GRUPPO
26	04/12/2022	9.00 - 11.00	FAURE	1 MED.SP1	FISIOLOGIA APPLICATA AL CARICO DI LAVORO E DEGLI ADATTAMENTI CONSEGUENTI
27	04/12/2022	11.00 - 13.00	FAURE	1 MED.SP2	PREVENZIONE DELLE POSSIBILI PATOLOGIE DI SOVRACCARICO
1	07/12/2022	19.00 - 21.00	SISTRO	1 METHOD1	LA SEDUTA DI ALLENAMENTO TECNICO-TATTICO
3	11/12/2022	9.00 - 11.00	FAURE	1 METHOD3	LA FORZA NELLA PALLAVOLO
30	11/12/2022	11.00 - 13.00	SPINELLI	1 TEC.AR1	APPROFONDIMENTI SUL REGOLAMENTO E SULLA TECNICA ARBITRALE
5	14/12/2022	19.00 - 21.00	SISTRO	1 METHOD5	LA VALUTAZIONE
6	17/12/2022	9.00 - 11.00	SISTRO	3 DID.TE1	PERCORSO DIDATTICO PER L'IMPOSTAZIONE DELLE TECNICHE DI ALZATA
11	17/12/2022	11.00 - 13.00	SISTRO	3 DIS.SP1	CONTENUTI DELL'ALLENAMENTO SPECIFICO DELL'ALZATORE
8	14/01/2023	9.00 - 11.00	RIZZO	3 DID.TE3	L'ATTACCO SECONDO I MODELLI ESECUTIVI CARATTERISTICI DEI VARI RUOLI
9	14/01/2023	11.00 - 13.00	RIZZO	3 DID.TE4	PERCORSO DIDATTICO PER L'IMPOSTAZIONE DELLE TECNICHE DI MURO
10	21/01/2023	9.00 - 11.00	SISTRO	3 DID.TE5	PERCORSO DIDATTICO PER L'IMPOSTAZIONE DELLE TECNICHE PER GLI INTERVENTI DIFENSIVI
7	21/01/2023	11.00 - 13.00	RIZZO	3 DID.TE2	PERCORSO DIDATTICO PER L'IMPOSTAZIONE DELLE TECNICHE DI RICEZIONE
13	28/01/2023	9.00 - 11.00	SISTRO	3 DID.SP2	CONTENUTI DELL'ALLENAMENTO SPECIFICO DEL RICEVITORE ATTACCANTE
15	28/01/2023	11.00 - 13.00	SISTRO	3 DID.SP5	CONTENUTI DELL'ALLENAMENTO SPECIFICO DEL LIBERO
16	04/02/2023	9.00 - 11.00	APPI	3 SIS.AL1	L'ESERCIZIO DI BATTUTA-RICEZIONE E L'ALLENAMENTO DEL SISTEMA DI RICEZIONE
17	04/02/2023	11.00 - 13.00	APPI	3 SIS.AL2	L'ALLENAMENTO DEL SISTEMA TATTICO PER L'AZIONE I CAMBIO PALLA
12	11/02/2023	9.00 - 11.00	RIZZO	3 DID.SP3	CONTENUTI DELL'ALLENAMENTO SPECIFICO DEL CENTRALE
14	11/02/2023	11.00 - 13.00	RIZZO	3 DID.SP4	CONTENUTI DELL'ALLENAMENTO SPECIFICO DELL'OPPOSTO
25	26/02/2023	9.00 - 11.00	FAURE	2 PR.FIS1	PROTOCOLLI PER L'ALLENAMENTO DELLA FORZA
31	26/02/2023	11.00 - 13.00	OLIVIERI	2 SIT.VO1	IL SITTING VOLLEY
28	04/03/2023	9.00 - 11.00	CAPUCCHIO	1 RIL.ST1	TECNICHE DI RILEVAMENTO DEI DATI DURANTE LE PARTITE
29	04/03/2023	11.00 - 13.00	CAPUCCHIO	1 RIL.ST2	ANALISI E UTILIZZO DELLA SCOUTIZZAZIONE EFFETTUATA IN PALESTRA
24	05/03/2023	10.00 - 12.00	APPI	1 SV.GIO2	L'ALLENAMENTO TATTICO ATTRAVERSO IL GIOCO
20	09/03/2023	18.30 - 20.30	MOGLIO	3 SIS.AL5	LO SVILUPPO DELLA TECNICA ATTRAVERSO L'ESERCIZIO DI ATTACCO E CONTRO IL MURO
18	11/03/2023	9.00 - 11.00	MOGLIO	3 SIS.AL3	L'ALLENAMENTO DEL SISTEMA DI MURO E DEL COLLEGAMENTO BATTUTA-MURO
19	11/03/2023	11.00 - 13.00	MOGLIO	3 SIS.AL4	LO SVILUPPO DELLA TECNICA ATTRAVERSO L'ESERCIZIO DI DIFESA E RICOSTRUZIONE



**Comitato
Territoriale
Torino**

STAGIONE 2022/2023

ALLENATORE PRIMO GRADO



21	16/03/2023	18.30 - 20.30	MOGLIO	3	SIS.AL6	L'ALLENAMENTO DEI SISTEMI DI DIFESA E CONTRATTACCO
22	25/03/2023	9.00 - 11.00	MOGLIO	3	SIS.AL7	L'ALLENAMENTO DEI SISTEMI DI COPERTURA E CONTRATTACCO
23	25/03/2023	11.00 - 13.00	MOGLIO	3	SV.GIO1	LA DIFFERENZIAZIONE METODOLOGICA TRA GLI ESERCIZI DI SINTESI PER L'ALLENAMENTO DEL CAMBIO PALLA
B	15/04/2023					ESAME PRATICO
E	22/04/2023					INIZIO PROVE ORALI

TIPOLOGIA	1	FORMAZIONE A DISTANZA SUL PORTALE DI FORMAZIONE
	2	FORMAZIONE IN PRESENZA IN FEDERAZIONE (Strada del Meisino 19 - Torino)
	3	FORMAZIONE IN PRESENZA IN PALESTRA