

1 GRADO ON					
Modulo	Lezione	Orario	Data	Docente	Luogo
Mod.Pr2	I modelli di prestazione nella fascia 12-15 anni	9-11	20/12/25	Sistro	Online
Mod.Pr3	I modelli di prestazione nella fascia 14-17 anni	11-13	20/12/25	Sistro	Online
Mod.Pr4	I modelli di prestazione nella fascia 16-19 anni	19-21	22/12/25	Rizzo	Online
Did.Sp1	Contenuti dell'allenamento specifico dell'alzatore	9-11	11/01/26	Moglio	Palestra
Did.Sp2	Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante	11-13	11/01/26	Moglio	Palestra
Metod1	La classificazione metodologica e strutturale della pallavolo tra le varie discipline sportive	19-21	12/01/26	Sistro	Online
Did.Sp3	Contenuti dell'allenamento specifico del centrale	9-11	18/01/26	Moglio	Palestra
Did.Sp4	Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto e del libero	11-13	18/01/26	Moglio	Palestra
Metod2	La seduta di allenamento tecnico – tattico	19-21	26/01/26	Rizzo	Online
Metod3	L'esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico-tattico	19-21	02/02/26	Rizzo	Online
Tec.Ar1	Approfondimenti sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale	9-11	07/02/26	Spinelli	Palestra
Sit.Vo1	Il Sitting Volley	11-13	07/02/26		Palestra
Metod4	La gestione del gruppo squadra	19-21	09/02/26	Rizzo	Online
Sis.Al5	Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco contro muro	9-11	21/02/26	Mucciolo	Palestra
Sis.Al6	L'allenamento dei sistemi di ricostruzione del contrattacco	11-13	21/02/26	Mucciolo	Palestra
Metod5	La valutazione nel sistema di allenamento sportivo	19-21	26/02/26	Rizzo	Online
Med.Sp1	Fisiologia riferita al carico di lavoro e agli adattamenti conseguenti	19-21	25/02/26	Crivello	Online
Med.Sp2	Traumatologia e primo soccorso nell'allenamento	9-11	28/02/26	Crivello	Palestra
Med.Sp3	Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico	11-13	28/02/26	Crivello	Palestra
Sis.Al1	L'esercizio di battuta-ricezione e l'allenamento del sistema di ricezione	9-11	07/03/26	Sistro	Palestra
Sis.Al2	L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla	11-13	07/03/26	Sistro	Palestra
Sis.Al3	L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro	9-11	14/03/26	Sistro	Palestra
Sis.Al4	Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione	11-13	14/03/26	Sistro	Palestra
Sv.Gio1	La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del Cambio Palla e quelli per l'allenamento del Break Point	9-11	21/03/26	Mucciolo	Palestra
Sv.Gio2	L'allenamento tecnico-tattico attraverso il gioco	11-13	21/03/26	Mucciolo	Palestra
Pr.Fis1	Lo sviluppo delle componenti motorie e neuro-muscolari nell'allenamento pallavolistico	9-11	Marzo	Partegiani	Palestra
Pr.Fis2	Protocolli per l'allenamento della forza	11-13	Marzo	Partegiani	Palestra
Mod.Pr1	La valutazione della performance tecnico-tattica e l'identificazione dei criteri di specificità dei modelli di prestazione	19-21		Rizzo	Online

Calendario corso Alleanza 1 Grado ON 2025/26

Ril.St1	Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite	9-11	11/04/26	Palazzo	Palestra
Ril.St2	Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra	11-13	11/04/26	Palazzo	Palestra
S	Esame scritto di sbarramento		19/04/26		Online
P	Esame Pratico		09/05/26		Palestra
O	Esame Orale		16/05/26		Federazione

 Lezioni obbligatorie per 1 Grado Agevolato