



Comitato Provinciale Ragusa

CORSO DI FORMAZIONE "ALLENATORE PRIMO GRADO – SECONDO LIVELLO GIOVANILE"

STAGIONE SPORTIVA 2010/2011

BANDO D'AMMISSIONE

Obiettivi

- Approfondire le conoscenze sulle relazioni esistenti tra lo sviluppo della persona e l'apprendimento motorio.
- Approfondire gli aspetti metodologici interagenti nel processo di sviluppo e stabilizzazione delle tecniche.
- Introdurre le conoscenze di base fondamentali relativamente alla prestazione muscolare nel settore giovanile.

Destinatari e modalità di iscrizione

- Il Corso è aperto a tutti i cittadini italiani che abbiano acquisito la qualifica di Allievo Allenatore almeno da due stagioni sportive.
- Le domande di ammissione al corso dovranno essere redatte come da scheda allegata, e pervenire alla FIPAV – Comitato Provinciale di Ragusa (viale dei Platani, n.178 – 97100 Ragusa) oppure a mezzo fax 0932/641640 o per e-mail ragusa@federvolley.it improrogabilmente entro **giorno 26 marzo 2011**.
- Il costo del corso è di € 400,00 suddiviso in due rate, la prima di € 200,00 che dovrà essere allegata alla domanda di adesione (All.2) e la seconda entro il 15 maggio 2011. Il versamento in favore del CP Fipav di Ragusa dovrà essere effettuato sul c/c postale n. 10531978 o bonifico bancario IBAN IT84 Q076 0117 0000 0001 0531 978.

Periodo di svolgimento

- Il Corso di tipo periodico, sarà strutturato su **39 lezioni da 2 ore** per un totale di **78 ore** di formazione, da distribuire in un arco di tempo di almeno tre mesi, più 6 ore d'esame.
- Il corso avrà inizio nel mese di marzo 2011 e si concluderà nel mese di giugno 2011.

Struttura del Corso di Primo Grado

- le **27 lezioni** previste per un totale di 54 ore, saranno così suddivise:

n. 4 lezioni "Teoria e Metodologia dell'Allenamento"	ore	8
n.18 lezioni "Didattica, tecnica e Pratica "	ore	36
n. 2 lezioni "Medicina applicata allo Sport"	ore	4
n. 2 lezioni "Scouting e Match Analysis"	ore	4
n. 1 lezioni "Regolamento e Tecnica Arbitrale"	ore	2
- sono consentite assenze per cinque moduli di lezione (10 ore).



Struttura del Corso di Secondo livello Giovanile

- le **12** lezioni previste per un totale di 24 ore, saranno così suddivise:

n. 3	Teoria e Metodologia dell'Allenamento	ore 6
n. 8	Didattica, Tecnica e Pratica	ore 16
n. 1	Preparazione Fisica	ore 2
- sono consentite assenze per due moduli di lezione (4 ore).

Screening d'ingresso

- E' prevista, per ogni corsista, la compilazione di un test informativo d'ingresso, per poter valutare conoscenze, esperienze e curricula dei partecipanti.

Docenti

- Il Corpo Docenti è composto dai Docenti Nazionali Allenatori FIPAV in organico presso il Comitato Provinciale, Docenti di Medicina dello Sport della Scuola Regionale di Sport della Sicilia e Tecnici o Esperti qualificati del settore.

Sede di svolgimento

- Il Corso si svolgerà presso la sede del Comitato Provinciale sita in Ragusa – viale dei Platani, n. 178 per la parte teorica; presso gli impianti sportivi della Scuola Regionale di Sport della Sicilia, per la parte pratica.

Informazioni

- Per informazioni sul corso si può contattare il CP FIPAV allo 0932/641640 oppure al 335/6322320 o scrivere una mail a: ragusa@federvolley.it .



PROGRAMMA CORSO ALLENATORE PRIMO GRADO

TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

- Modulo 1** La seduta di allenamento tecnico - tattico
Modulo 2 Il metodo analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico-tattico
Modulo 3 Lo sviluppo della forza nel pallavolista
Concetti generali relativi alle strategie di prevenzione del sovraccarico funzionale.
Modulo 4 La gestione del gruppo – Il gruppo sportivo maschile – Il gruppo sportivo femminile

PREPARAZIONE MOTORIA

- Modulo 5** L'errore nel processo di apprendimento
Modulo 6 La valutazione

DIDATTICA DELLE TECNICHE DELLA PALLAVOLO

- Modulo 7** Allenamento specifico del ricevitore attaccante
Modulo 8 Allenamento specifico dell'alzatore
Modulo 9 Allenamento specifico del centrale
Modulo 10 Allenamento specifico dell'opposto
Modulo 11 Allenamento specifico del libero.

SISTEMI DI ALLENAMENTO

- Modulo 12** Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di battuta - ricezione
Modulo 13 L'allenamento del sistema ricezione
Modulo 14 L'allenamento sistema di attacco per il cambio palla
Modulo 15 L'allenamento del sistema muro
Modulo 16 Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione
Modulo 17 Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco contro muro
Modulo 18 L'allenamento del sistema difesa e contrattacco
Modulo 19 L'allenamento del sistema di copertura e contrattacco

SVILUPPO DELLE CAPACITA' DI GIOCO

- Modulo 20** L'esercizio di sintesi per l'allenamento dell'azione di cambio palla
Modulo 21 L'esercizio di sintesi per l'allenamento dell'azione di break point
Modulo 22 L'allenamento attraverso il gioco

MODULO SPECIFICO – MEDICINA DELLO SPORT

- Modulo 23** Fisiologia specialmente riferita al carico di lavoro
Modulo 24 Prevenzione e possibili patologie da sovraccarico

MODULO SPECIFICO – MATCH ANALYSIS

- Modulo 25** Tecniche di rilevamento dati durante le partite
Modulo 26 Analisi ed utilizzazione della "scoutizzazione" effettuata in palestra

MODULO SPECIFICO – REGOLAMENTO E TECNICA ARBITRALE

- Modulo 27** Approfondimento sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale

PROGRAMMA CORSO ALLENATORE 2° LIVELLO GIOVANILE

- Moduli 1 - 12** **SARA' CONSEGNA TO NEL DETTAGLIO IL RELATIVO PROGRAMMA**



Comitato Provinciale Ragusa

**AL COMITATO PROV.LE FIPAV
VIALE DEI PLATANI, 178
97100 RAGUSA**

Mail: ragusa@federvolley.it
Fax 0932/641640

OGGETTO: Domanda di partecipazione Corso Allenatore Primo Grado – 2° Livello Giovanile.

Il sottoscritto/a _____

Nato/a a _____ il _____

Residente a _____ CAP _____

Via _____ n. ____ prov. _____

Tel. _____ Cell. _____

e-mail _____

DICHIARA

di essere tesserato come Allievo Allenatore con numero di matricola _____ per la stagione in corso e di aver conseguito la qualifica nella stagione sportiva _____ e di essere in regola con gli aggiornamenti.

CHIEDE

- Di essere ammesso a partecipare al corso Allenatore 1° grado - 2° Livello Giovanile.
- Allega alla presente ricevuta di versamento di € 200,00 quale prima rata impegnandosi si da ora ad effettuare il versamento della seconda rata di pari importo.

_____ li, _____

firma

AII. 2