

## CORSO ALLENATORI DI 2° GRADO

### Struttura del corso periodico

21 gennaio 2018 - 13 maggio 2018

<b>DO 21/01/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
09.00-09.15	Presentazione del corso	CR Lombardia
<b>Modulo 1</b> 09.30-11.30	Rapporto tra preparazione fisica e preparazione tecnico tattica nel sistema di allenamento della pallavolo.	prof. L. Mauro
<b>Modulo 2</b> 11.30-13.30	Le espressioni specifiche di forza nel modello di prestazione fisica della pallavolo.	
<b>DO 28/01/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>Modulo 3</b> 09.00-11.00	Concetto di rapidità nel modello di prestazione della pallavolo.	prof. L. Mauro
<b>Modulo 18</b> 11.00-13.00	La tecnica esecutiva dei principali esercizi con i sovraccarichi.	
<b>DO 4/02/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>Modulo 4</b> 09.00-11.00	La comunicazione didattica nello sport.	prof. O. Vacondio
<b>Modulo 17</b> 11.00-13.00	L'allenamento degli aspetti tattico-comportamentale attraverso il gioco.	
<b>DO 18/02/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>Modulo 24</b> 09.00-11.00	Utilizzo del video per lo studio della propria squadra e delle squadre avversarie	TieBreak Teach prof. Volpicella
<b>Modulo 23</b> 11.00-13.00	Match Analysis: rilevamento dei dati e programmazione degli allenamenti	prof. Vacondio
<b>DO 4/03/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>Modulo 9</b> 09.00-11.00	Teoria della fase cambio palla nella pallavolo femminile.	prof. G. Volpicella
<b>Modulo 13</b> 11.00-13.00	Teoria della fase break point nella pallavolo femminile.	
<b>DO 11/03/2018</b>	<b>Da definire</b>	
<b>Modulo 22</b> 17.30 - 20.30	Rilevamento dati gara di campionato	prof. G. Volpicella

<b>DO 18/03/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>Modulo 11</b> 9.00-11.00	Teoria della fase cambio palla nella pallavolo maschile.	prof. O. Vacondio
<b>Modulo 15</b> 11.00-13.00	Teoria della fase break point nella pallavolo maschile.	
<b>DO 25/03/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>Modulo 5</b> 09.00-11.00	Tecnica nella fase cambio palla nella pallavolo femminile.	prof. G. Volpicella
<b>Modulo 7</b> 11.00-13.00	Tecnica della fase break point nella pallavolo femminile.	
<b>DO 8/04/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>Modulo 19</b> 09.00-11.00	Prevenzione degli infortuni e rieducazione funzionale dell'arto superiore e della colonna vertebrale.	dott. U. Strada
<b>Modulo 20</b> 11.00-13.00	Prevenzione degli infortuni e rieducazione funzionale del ginocchio e della caviglia.	
<b>DO 22/04/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>Modulo 6</b> 09.00-11.00	Tecnica nella fase cambio palla nella pallavolo maschile.	prof. O. Vacondio
<b>Modulo 8</b> 11.00-13.00	Tecnica della fase break point nella pallavolo maschile.	
<b>DO 6/05/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>Modulo 10</b> 09.00-11.00	L'allenamento del cambio palla nella pallavolo femminile.	prof. G. Volpicella
<b>Modulo 14</b> 11.00-13.00	L'allenamento del break point nella pallavolo femminile.	
<b>DO 13/05/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>Modulo 12</b> 09.00-11.00	L'allenamento del cambio palla nella pallavolo maschile.	prof. O. Vacondio
<b>Modulo 16</b> 11.00-13.00	L'allenamento del break point nella pallavolo maschile.	
<b>DO 27/05/2018</b>	<b>Sala Centro Federale FIPAV Pavesi - Via De Lemene 3 - 20151 MILANO</b>	
<b>1° Turno</b> 09.00-10.00	Esame di abilitazione alla fase residenziale	Commissione Esami
<b>2° Turno</b> 10.30-11.30	Esame di abilitazione alla fase residenziale	

### **MODULO 21**

Durante il corso si dovranno seguire e scoutizzare due allenamenti di squadre di serie B, di cui uno maschile e uno femminile. Gli elaborati, che dovranno essere firmati dagli allenatori delle squadre, dovranno essere consegnati **tassativamente nel corso della lezione del 18 MARZO 2018.**

**SONO CONSENTITE UN MASSIMO DI 10 ORE DI ASSENZA (5 Moduli)**

**NON SONO CONSENTITE ASSENZE PER LA LEZIONE DEL GIORNO 11 MARZO 2018**

## **CORSO ALLENATORI DI 2° GRADO**

### ***Struttura del corso RESIDENZIALE***

(Sede da stabilire)

**14-17 giugno 2018**

<b>GI 14/06/2018</b>	<b>ORE 14.00 - Arrivo dei candidati presso la struttura alberghiera</b>	
<b>15.00</b>	Presentazione del corso residenziale	prof. G. Volpicella

<b>Ore 16.00 - Giovedì 14 / Domenica 17 giugno 2018 - Ore 14.30</b>		
<b>Aula</b>	Battuta e ricezione nella pallavolo femminile di alto livello	prof. G. Volpicella
	L'attacco per il cambio palla nella pallavolo femminile di alto livello	
	Muro/difesa nella pallavolo femminile di alto livello	
	Il contrattacco nella pallavolo femminile di alto livello	
<b>Aula</b>	Battuta e ricezione nella pallavolo maschile di alto livello	prof. O. Vacondio
	L'attacco per il cambio palla nella pallavolo maschile di alto livello	
	Muro/difesa nella pallavolo maschile di alto livello	
	Il contrattacco nella pallavolo maschile di alto livello	

<b>Ore 16.00 - Giovedì 14 / Domenica 17 giugno 2018 - Ore 14.30</b>		
<b>Palestra</b>	Sessioni di allenamento guidate (GRUPPI)	proff. O. Vacondio G. Volpicella

*Centro di Qualificazione Regionale*