



Alle Società Affiliate  
Loro sedi

### **Indizione Corso “ALLIEVO ALLENATORE – PRIMO LIVELLO GIOVANILE” - Stagione agonistica 2020-2021**

Il Centro Qualificazione Territoriale Ticino Sesia Tanaro in collaborazione con il Settore Tecnico Territoriale, 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”. Il direttore del corso sarà il Prof. Luciano Pedullà.

### **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 e l'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: progressività-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

### **ISCRIZIONE**

**ISCRIZIONI fino alle ore 20,00 del 06 ottobre 2020**

(Qualora pervenissero iscrizioni oltre il termine fissato, o prive della necessaria documentazione, non verranno prese in considerazione)

**Inviare il modulo allegato e compilato in ogni sua parte.**

**Apporre o allegare il versamento/bonifico, scrivendo a chiare lettere il proprio NOME e COGNOME.**



Inviare all'indirizzo [allenatori.tst@federvolley.it](mailto:allenatori.tst@federvolley.it) oppure [ticinosesiatanaro@federvolley.it](mailto:ticinosesiatanaro@federvolley.it) quanto richiesto.

Alla prima lezione si **DOVRA'** portare il modulo di iscrizione cartaceo e firmato in originale, insieme alla copia del certificato medico e del bonifico.

### **CONTRIBUTO DI ISCRIZIONE**

La quota di iscrizione è fissata in € 300,00 (trecento/00)

### **MODALITA' DI VERSAMENTO**

Unicamente bonifico bancario al seguente codice Iban IT54J050341010000000022096, intestato a Fipav Ticino Sesia Tanaro (in caso paghino le società è necessario che nella causale ci siano i cognomi di tutti i tecnici iscritti con quello specifico bonifico).

### **CERTIFICATO MEDICO**

Alla prima lezione è **obbligatorio** consegnare copia di certificato medico di sana e robusta costituzione in corso di validità, nel quale sia specificata l'attività sportiva non agonistica, rilasciato dal medico curante. Per gli atleti, è valida la fotocopia dell'idoneità sportiva agonistica alla "PALLAVOLO" in corso di validità.

### **MODALITA' DI SVOLGIMENTO**

Il Corso è strutturato su 23 lezioni da 2 ore per un totale di 46 ore di formazione, più 6 ore d'esame.

**Le lezioni saranno effettuate con la modalità della formazione a distanza sul portale **GO TOMEETING** [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]. Sono comunque consentite assenze per 3 moduli di lezione (6 ore).**

### **PERIODO DI SVOLGIMENTO**

Il CORSO si svolgerà nei mesi di **Ottobre 2020 – Gennaio 2021.**

### **QUALIFICA**

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

- Studenti ISEF
- Studenti delle Università di Scienze Motorie che abbiano superato con votazione minima di 27/30 (attestata dal docente universitario) l'esame di pallavolo o giochi sportivi con parte specifica di pallavolo e a tutti i:
  - Diplomatici ISEF
  - Laureati in Scienze Motorie

**La qualifica di Allievo allenatore - primo livello giovanile è definitiva.**



## 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

## STRUTTURA DEL CORSO

Il corso sarà di tipo Periodico.

Il calendario degli impegni verrà consegnato durante la prima lezione.

La struttura del Corso prevede 23 lezioni così suddivise:

4 Teoria e Metodologia dell'Allenamento	Totale ore: 8
2 Elementi di motricità	Totale ore: 4
14 Didattica, Tecnica e Pratica dell'Allenamento	Totale ore: 28
1 Medicina applicata allo Sport	Totale ore: 2
1 Regolamento e Tecnica Arbitrale	Totale ore: 2
1 Sitting Volley	Totale ore: 2

## 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 Ticino Sesia tanaro, 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](http://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.tst@federvolley.it](mailto:allenatori.tst@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 del Corso, sarà composto da 20 domande a risposta multipla (una sola corretta) così distribuite per macroargomenti:

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

## **VALUTAZIONE FINALE**

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

### **20/100 Prova Tecnica:**

- Spedizione del video individuale entro il termine del **05/01/2021**
- 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 **05/01/2021**
- 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)

#### **INDICAZIONI IMPORTANTI**

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

Novara lì, 14/09/2020

Federazione Italiana Pallavolo  
Comitato Territoriale Ticino Sesia Tanaro  
Il Presidente  
Gianni Panzarasa