



COMITATO TERRITORIALE

CREMONA
LODI**CORSO DI PRIMO GRADO 2022/2023 – PIANO DI STUDI**

Data	Dalle	Alle	Luogo	Docente	Dettaglio Argomento
02-04-2023	09.00	13.00	GotoMeeting	ROMANI	La seduta di allenamento tecnico-tattico; L'esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico-tattico. Mod.1/2. Link GotoMeeting: https://meet.goto.com/647181037 .
02-04-2023	15.00	19.00	Skype	FEROLDI	La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del cambio palla e della ricostruzione. ; L'allenamento tattico attraverso il gioco. Mod.23/24
16-04-2023	09.00	13.00	Palestra da definire	BELLAN	La forza nella pallavolo; Protocolli per l'allenamento della forza. Mod.3/25
16-04-2023	15.00	19.00	Palestra da definire	FEROLDI	Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di alzata; Contenuti per l'allenamento specifico dell'alzatore. Mod.6/11
23-04-2023	09.00	13.00	Skype	VASSALLOI	La valutazione. Mod.5
23-04-2023	15.00	19.00	Palestra da definire	FRINI	Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite; Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra. Mod.28/29
30-04-2023	09.00	13.00	FIPAV Cremona	AMADORI	La gestione del gruppo. Mod.4
30-04-2023	15.00	19.00	Palestra da definire	BELLAN	Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di ricezione; Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante. Mod.7/12
07-05-2023	09.00	13.00	Skype	ROMANI	L'attacco secondo i modelli esecutivi caratteristici dei vari ruoli; Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche per gli interventi difensivi. Mod.8/10
07-05-2023	15.00	19.00	Palestra da definire	FEROLDI	Contenuti dell'allenamento specifico del libero; Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione. Mod.15/19
14-05-2023	09.00	13.00	Palestra da definire	FRINI	Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di muro; Contenuti dell'allenamento specifico del centrale. Mod.09/13
14-05-2023	15.00	19.00	Palestra da definire	BELLAN	Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante; L'esercizio di battuta-ricezione e l'allenamento del sistema di ricezione. Mod.12/16
17-05-2023	20.00	22.00	FIPAV Cremona	LOSAPIO	Approfondimenti sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale. Mod.30
21-05-2023	09.00	13.00	Palestra Villetta	FEROLDI	L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro. Mod.18
21-05-2023	15.00	18.00	Palestra da definire	BELLAN	Il Sitting Volley. Mod.31
24-05-2023	20.00	22.00	Skype	MATALDI	Fisiologia riferita al carico di lavoro e agli adattamenti conseguenti; Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico. Mod.26/27
28-05-2023	09.00	13.00	Palestra da definire	BELLAN	L'allenamento dei sistemi di difesa e contrattacco; L'allenamento dei sistemi di copertura e contrattacco. Mod.21/22
28-05-2023	15.00	19.00	Palestra da definire	FRINI	Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco e contro muro. Mod.20
04-06-2023	09.00	13.00	Palestra da definire	ROMANI	L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla. Mod.17

Esame: Scritto: 14-06-2023 – FIPAV Cremona – Sala coni, Via Filzi, 35. Orale e pratico: 18-06-2023 (Palestra da definire)