



CORSO DI PRIMO GRADO 2023/2024 – PIANO DI STUDI

Data	Ora		Luogo	Docente	Dettaglio Argomento
07-04-2024	09.00	13.00	Skype	FEROLDI	La seduta di allenamento tecnico-tattico ; L'esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico-tattico. Mod.1/2
07-04-2024	15.00	19.00	Skype	BELLAN	La forza nella pallavolo. Mod.3
14-04-2024	09.00	13.00	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
14-04-2024	15.00	19.00	Skype	BELLAN	Protocolli per l'allenamento della forza. Mod.25
21-04-2024	09.00	13.00	Palestra	BELLAN	Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di ricezione ; Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante. Mod.7/12
21-04-2024	15.00	18.00	Skype	FEROLDI	La valutazione . Mod.5
28-04-2024	09.00	13.00	Palestra	ROMANI	Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di alzata ; Contenuti per l'allenamento specifico dell'alzatore . Mod .6/11
28-04-2024	15.00	19.00	Palestra	AMADORI	L'allenamento dei sistemi di difesa e contrattacco ; L'allenamento dei sistemi di copertura e Contrattacco. Mod. 21/22
05-05-2024	09.00	13.00	FIPAV Cremona	AMADORI	La gestione del gruppo. Mod.4
05-05-2024	15.00	19.00	Palestra	FRINI	Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche di muro ; Contenuti dell'allenamento specifico del centrale . Mod.09/13
12-05-2024	09.00	13.00	Palestra	ROMANI	L'attacco secondo i modelli esecutivi caratteristici dei vari ruoli ; Percorso didattico per l'impostazione delle tecniche per gli interventi difensivi. Mod.08/10
12-05-2024	15.00	18.00	Palestra	FRINI	Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite ; Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra. Mod.28/29
19-05-2024	09.00	13.00	Palestra	VASSALLO	Contenuti dell'allenamento specifico del libero ; Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione. 15/19
19-05-2024	15.00	19.00	Palestra	FRINI	Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco e contro il muro. Mod.20
22-05-2024	20.00	22.00	FIPAV Cremona	LOSAPPIO	Approfondimenti sul Regolamento e sulla tecnica arbitrale.Mod.30
26-05-2024	09.00	13.00	Palestra	VASSALLO	L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro ; Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto. Mod.18/14
26-05-2024	15.00	18.00	Palestra	BELLAN	Il Sitting Volley . Mod.31
29-05-2024	20.00	22.00	FIPAV Cremona	MATALDI	Fisiologia riferita al carico di lavoro ; Prevenzione delle patologie da sovraccarico. Mod.26/27
09-06-2024	09.00	13.00	Palestra	ROMANI	L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla. Mod.17
09-06-2024	15.00	19.00	Palestra	BELLAN	L'esercizio di battuta – ricezione e l'allenamento del sistema di cambio palla. Mod.16

Esame: Scritto: 12-06-2024 dalle 21.00 alle 22.00 in FIPAV Cremona, Sala coni. Orale e pratico: 23-06-2024 dalle 09.00 alle 19.00 in Palestra