

Prot. 85/2026

Oggetto: INDIZIONE CORSO ALLENATORE PRIMO GRADO ON – STAGIONE SPORTIVA 2026-2027

Per Allievi Allenatori ON 2024-2025 e successivi

NOVITA' PER ALLIEVO ALLENATORE ON

Si ricorda che la qualifica di “Allievo Allenatore ON” avrà durata TEMPORANEA di massimo 2 stagioni agonistiche. L'Allievo Allenatore ON per non perdere la qualifica di Allenatore, sarà **OBBLIGATO** ad effettuare il corso per ottenere la qualifica di Primo Grado ON entro le successive due stagioni agonistiche in cui ha ottenuto la qualifica di Allievo Allenatore ON. Al termine della terza stagione agonistica di tesseramento, se non avrà effettuato il Corso di Primo Grado e ricevuto la relativa qualifica, la qualifica di Allenatore decadrà. Esempio: s.a. 2024/2025: Partecipazione al Corso di Allievo Allenatore ON, ottenimento relativa qualifica e primo tesseramento. s.a. 2025/2026: Ri-tesseramento come Allievo Allenatore ON e possibilità di partecipazione al Corso di Primo Grado. s.a. 2026/2027: Obbligo di partecipazione al Corso di Primo Grado. Se ciò non dovesse avvenire al termine della stagione 2026/2027 la qualifica di Allievo Allenatore ON decadrà.

TEMA ISPIRATORE

- La **struttura della seduta di allenamento** e la **didattica dei gesti tecnici nel gioco**

OBIETTIVI DEL CORSO

- Capacità di costruire **un protocollo di lavoro attraverso esercitazioni selezionate nella prassi** diffusa dell'allenamento pallavolistico
- Capacità di organizzare l'allenamento attraverso una corretta **interpretazione della tecnica** nelle specifiche situazioni di gioco
- Capacità di gestire elementi fondamentali della **preparazione fisica** nel sistema di allenamento
- Concetti generali sul **significato della FORZA** per la pallavolo
- Principi teorici dell'allenamento:
 - Principi che influenzano **l'adattamento organico muscolare** agli stimoli allenanti
 - **Continuità** dello stimolo allenante
 - **Progressività** dell'entità dello stimolo
 - **Variabilità** dello stimolo allenante
 - Principi che orientano la gestione del carico di allenamento:
 - **Stimolo allenante efficace**
 - Corretta **successione dei carichi**
 - Relazione tra **formazione generale e speciale**

PROGRAMMA DEL CORSO

- Il Corso è strutturato in 30 moduli da 2 ore per un totale di 60 ore di formazione, da distribuire in un arco di tempo di almeno 3 mesi, più 6 ore d'esame.

- L'organizzazione del Corso è a cura del Comitato Territoriale di appartenenza;
- La struttura del Corso prevede 30 lezioni così suddivise:
 - 5 Teoria e Metodologia dell'Allenamento Totale ore: 10
 - 4 Modello Prestativo Totale ore: 8
 - 4 Didattica della Specializzazione Totale ore: 8
 - 6 Sistema di Allenamento Totale ore: 12
 - 2 Sviluppo del Gioco Totale ore: 4
 - 2 Preparazione Fisica Totale ore: 4
 - 3 Medicina Sportiva Totale ore: 6
 - 2 Match Analysis Totale ore: 4
 - 1 Tecnica Arbitrale Totale ore: 2
 - 1 Sitting Volley Totale ore: 2

Il Direttore Didattico del corso sarà il Prof. Carlo Bonfatti.

FREQUENZA

Le lezioni saranno in presenza. La frequenza al corso è obbligatoria: in caso di assenza i partecipanti, al fine di ottenere la regolare ammissione alla prova di esame, saranno invitati a recuperare le lezioni nell'ambito dei Corsi "Primo Grado ON" attivati presso altri Comitati Territoriali.

Sono comunque consentite assenze per un massimo di 3 moduli di lezione (6 ore).

ABILITAZIONE

I partecipanti al Corso Allenatore di Primo Grado ON che risultino idonei all'esame finale acquisiscono la qualifica di "Allenatore di Primo Grado", dopo la ratifica da parte del Settore Formazione FIPAV, con decorrenza dalla data dell'esame finale. Il mantenimento della qualifica di "Allenatore di Primo Grado" **è subordinato all'obbligo di frequenza annuale degli aggiornamenti tecnici previsti per il livello di qualificazione**, fino al passaggio alla successiva qualifica: i Tecnici in possesso della qualifica di "Allenatore di Primo Grado" dovranno partecipare ogni anno a due moduli da due ore ciascuno ai fini dell'assolvimento degli obblighi di aggiornamento.

L'abilitazione di "Allenatore di Primo Grado ON" consente di svolgere l'attività tecnica di:

- Primo Allenatore nei Campionati Prima, Seconda e Terza Divisione e in tutti i campionati di categoria.
- Secondo Allenatore nei Campionati di Serie B2 femminile, C, D, Prima, Seconda e Terza Divisione e in tutti i campionati di categoria.

Durante la fase di svolgimento del Corso non è consentito l'espletamento delle funzioni di Allenatore nei campionati della categoria di prossima abilitazione.

STRUTTURA DEL CORSO

Il Corso verrà attivato al raggiungimento del numero minimo di 10 iscritti e si terrà, indicativamente nei giorni:

Modulo	domenica 11/10	Modulo	domenica 25/10	Modulo	domenica 08/11
	Docente: Alberto Raho		Docente: Matteo Pellizzoni		Docente: Cristian Bernardi
	dotazione di supporto		dotazione di supporto		dotazione di supporto
2	La seduta di allenamento tecnico – tattico	27	Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite	20	La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del CP e BP
5	La valutazione nel sistema di allenamento sportivo	28	Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra	22	Lo sviluppo delle componenti motorie e neuro-muscolari nell'allenamento pallavolistico
Modulo	domenica 15/11	Modulo	domenica 22/11	Modulo	domenica 13/12
	Docente: Luca Feroldi		Docente: Francesco Bettalico		Docente: Matteo Capra
	dotazione di supporto		dotazione di supporto		dotazione di supporto
15	L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla	25	Traumatologia e primo soccorso nell'allenamento	1	La classificazione metodologica e strutturale della pallavolo tra le varie discipline sportive
19	L'allenamento dei sistemi di ricostruzione del contrattacco	26	Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico	3	L'esercizio analitico, sintetico e globale per l'allenamento tecnico-tattico
Modulo	domenica 20/12	Modulo	domenica 10/01	Modulo	domenica 24/01
	Docente: Alessandro Vassallo		Docente: Carlo Bonfatti		Docente: Andrea Asta
	dotazione di supporto		dotazione di supporto		dotazione di supporto
17	Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione	12	Contenuti dell'allenamento specifico del centrale	4	La gestione del gruppo squadra
18	Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco contro muro	13	Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto e del libero	9	I modelli di prestazione nella fascia 16-19 anni
Modulo	domenica 07/02	Modulo	domenica 21/02	Modulo	domenica 07/03
	Docente: Matteo Capra		Docente: Gianluca Rossetti		Docente: Alberto Raho
	dotazione di supporto		dotazione di supporto		dotazione di supporto
14	L'esercizio di battuta-ricezione e l'allenamento del sistema di ricezione	23	Protocolli per l'allenamento della forza	6	La valutazione della performance tecnico-tattica e l'identificazione dei criteri di specificità dei modelli di prestazione
21	L'allenamento tecnico-tattico attraverso il gioco (con riferimento a modelli di prestazione dei campionati regionali)	24	Fisiologia riferita al carico di lavoro e agli adattamenti conseguenti	16	L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro
Modulo	domenica 21/03	Modulo	domenica 04/04	Modulo	domenica 18/04
	Docente: Luciano Molinari		Docente: Leonardo Palladino		Docente arbitro + Alberto Raho
	dotazione di supporto		dotazione di supporto		dotazione di supporto
10	Contenuti dell'allenamento specifico dell'alzatore	7	I modelli di prestazione nella fascia 12-15 anni	29	Approfondimenti sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale: La casistica di gioco
11	Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante	8	I modelli di prestazione nella fascia 14-17 anni	30	Il Sitting Volley

Le sedi degli incontri verranno comunicate al termine delle iscrizioni.

ESAME FINALE

Le modalità dell'esame che sarà sia pratico che teorico verranno comunicate successivamente.

Queste le date potenziali:

Esame scritto: 18 aprile 2027

Esame conduzione: 2 maggio 2027

Esame orale: 9 maggio 2027

COSTI

Il costo del corso è di € 300.00 e comprenderà anche eventuali sussidi e materiali didattici in funzione del corso stesso.

ISCRIZIONI

Potranno iscriversi al corso gli Allievi Allenatori ON in regola con il tesseramento per la stagione 2026/2027.

I partecipanti al Corso devono presentare all'atto dell'iscrizione, un certificato medico di idoneità sportiva non agonistica nel quale sia specificata l'attività di Pallavolo, o in alternativa un certificato medico di idoneità sportiva agonistica.

La scadenza delle iscrizioni è fissata per venerdì 02/10/2026 ore 12.00.

Il versamento potrà essere effettuato tramite bonifico bancario utilizzando il seguente codice IBAN IT55T0100512700000000100026 intestato a FEDERAZIONE ITALIANA PALLAVOLO con causale: "COGNOME NOME – ISCRIZIONE PRIMO GRADO ON 2026-27"

In caso il pagamento sia fatto da terzi, indicare nella causale il/i nominativo/i del/dei corsisti.

L'iscrizione andrà fatta attraverso il link <https://forms.gle/daYZCuXe2DwLihRWA>

La domanda di partecipazione dei corsisti verrà accettata solo a seguito della verifica di avvenuto pagamento e della ricezione della copia di avvenuto pagamento e copia del certificato medico all'indirizzo segreteria@fipavparma.it

Non si accettano altre forme di iscrizione.

RIFERIMENTI

Per qualsiasi dubbio o chiarimento relativo al Corso è possibile contattare il responsabile allenatori Carlo Bonfatti al numero 3474660096, esclusivamente via whatsapp.

Parma 28/08/2026

Segreteria FIPAV Parma

