

# CORSO 2° GRADO 2010 - PROGRAMMA FASE PERIODICA

FP/1	orario	Moduli	Sede: Chirignago/VE P.za San Giorgio c/o Consiglio di Quartiere	Docenti
24-gen	9,00 - 13,00	MOD. 1 METOD1	<b>Rapporto tra preparazione fisica e preparazione tecnico.tattica nel sistema di allenamento della pallavolo</b> . Le competenze specifiche del preparatore fisico; l'integrazione delle strategie di intervento; la direzione tecnica nell'integrazione delle competenze; la preparazione fisica rappresenta un mezzo di sviluppo della motricità specifica tecnica e specifica adattata alle esigenze tattiche del gioco; Il miglioramento organico-muscolare a sostegno di: apprendimento e correzione delle tecniche; prevenzione dei sovraccarichi funzionali; sviluppo della qualità dei vari tipi di salto; miglioramento prestativo nelle situazioni "inerziali".	Prof. Paolo Borghi
		MOD.2 METOD2	<b>Le espressioni specifiche di forza nel modello di prestazione fisica della pallavolo</b> . Concetti metodologici relativi allo sviluppo delle espressioni veloci ed esplosive di forza. Sviluppo delle capacità di salto: da fermi e sua reiterazione; salto con rincorsa e sua reiterazione. L'importanza della forza massima nelle situazioni particolari; posizioni difensive e uscite per intervenire sulla palla; controllo e sbilanciamento pre/post intervento sulla palla.	
Pranzo				
Domenica	14,30-18,30	MOD. 17 SV.GIO1	<b>SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO</b> L'allenamento degli aspetti tattico-comportamentali attraverso il gioco. Il concetto di rapporto rischio-posta in palio; l'allenamento attraverso il gioco 6 vs.6 a punteggio speciale.	Prof. Luciano Scaggiante
		MOD. 4 METOD.4	<b>La comunicazione didattica nello sport</b>	Prof. Alfio Checchin

FP/3	orario	Moduli	Sede: Chirignago/VE P.za San Giorgio c/o Consiglio di Quartiere	Docenti
7-feb	9,00 - 13,00	MOD. 3 METOD3	<b>Concetto di rapidità e di resistenza generale e specifica nel modello di prestazione della pallavolo. Concetto di resistenza generale e specifica nel modello di prestazione della pallavolo</b>	Prof. Paolo Borghi
		MOD. 19	Prevenzione degli infortuni e rieducazione funzionale del ginocchio e della caviglia	
Pranzo				
Domenica	14,30-18,30	MOD. 20	Prevenzione degli infortuni e rieducazione funzionale del dell'arto superiore e della colonna	Prof. Paolo Borghi
		MOD. 18 PR. FIS 1	La tecnica esecutiva dei principali esercizi con i sovraccarichi ( <i>Palestra/Sala Pesi</i> ). Esercitazioni per gli arti sup.. Esercitazioni per gli arti inf. e art. Coxo-femorale. Esercitazioni con tecniche specifiche per il sollevamento pesi adattate alla pallavolo	

FP/4	orario	Moduli	Sede: Sala Villino Rossi p.zza Redentore di Povolano - VI	Docenti
28-feb	9,00 - 11,00	MOD. 23	<b>Match Analysis</b> : rilevamento dei dati e programmazione degli allenamenti	Sig. Alberto Grotto
	11,00 - 13,00	MOD. 24	<b>Utilizzo del video</b> per lo studio della propria squadra e della squadra avversaria	
Pranzo				
Domenica	14,30-18,30	MOD. 5 PR.1	<b>Tecnica della fase cambio palla nella pallavolo Femminile</b> : analisi video dei sistemi di cambio palla nella pallavolo femminile di Serie B e di alto livello.	Prof. Michele Minotto
		MOD. 9 SIS. AL1	<b>Teoria della fase cambio palla nella pallavolo Femminile</b> . I contenuti dell'allenamento: qualità della ricezione; qualità della distribuzione; qualità del primo attacco di cambio palla.	

FP/5	orario	Moduli	Sede: Palasport Comunale di Povolano - VI via Malaparte	Docenti
14-mar	9,00 - 13,00	MOD. 6 PR.2	<b>Tecnica della fase cambio palla nella pallavolo Maschile</b> : analisi video dei sistemi di cambio palla nella pallavolo maschile di Serie B e di alto livello	Prof. Luciano Sturam
		MOD. 11 SIS.AL3	<b>Teoria della fase cambio palla nella pallavolo Maschile</b> . I contenuti dell'allenamento: qualità della ricezione; qualità della distribuzione; qualità del primo attacco di cambio palla;	
Pranzo				
Domenica	14,30-18,30	MOD. 7 PR.3	<b>Tecnica della fase break point nella pallavolo Femminile</b> : analisi video dell'organizzazione del break point nella pallavolo femminile di serie B e di alto livello.	Prof.ssa Greca Pillitu
		MOD. 13 SIS. AL 5	<b>Teoria della fase break point nella pallavolo Femmini</b> le. Contenuti dell'allenamento della fase break point: Qualità del collegamento battuta-muro; Qualità del collegamento muro-difesa; qualità della ricostruzione; qualità del contrattacco.	

FP/6	orario	Moduli	Sede: Palestra Salvo d'Acquisto Chirignago/VE via dell'Edera	Docenti
28-mar	9,00 - 13,00	MOD. 8 PR4	<b>Tecnica della fase break point nella pallavolo Maschile</b> : analisi video dell'organizzazione del break point nella pallavolo maschile di serie B e di alto livello	Prof. Johnny Cappelletto
		MOD 15 SIS.AL7	<b>Teoria della fase break point nella pallavolo Maschile</b> . Contenuti dell'allenamento della fase break point: Qualità del collegamento battuta-muro; Qualità del collegamento muro-difesa; qualità della ricostruzione; qualità del contrattacco.	
Pranzo				
Domenica	14,30-17,00	MOD. CRV	<b>Protocolli di primo soccorso per i più comuni infortuni della pallavolo: distorsione di caviglia; traumi alle dita delle mani; spalla: episodi dolorosi acuti; ginocchio: primi interventi in caso di distorsione.</b>	Docente: dott. Baldo Marino/Enrico Ballon

FP/7	orario	Moduli	Sede: Palestra Giallo/Azzurra via Penello 5-7 Mestre	Docenti
9-mag	9,00 - 13,00	MOD. 10 SIS. AL.3	L'allenamento del cambio palla nella pallavolo Femminile. <u>(Lezione Pratica in Palestra)</u> La programmazione e l'organizzazione del protocollo di allenamento nell'unità didattica; nella seduta di allenamento; nel lavoro tecnico individualizzato	Prof. Delio Rossetto
	Pranzo			
Domenica	14,30-18,30	MOD. 14 SIS. AL6	L'allenamento del break point nella Pallavolo Femminile di alto livello <u>(Lezione Pratica in Palestra)</u> La programmazione e l'organizzazione del protocollo di allenamento: nell'unità didattica; nella seduta di allenamento; nel lavoro tecnico individuale differenziato	Prof. Rossano Bertocco

FP/8	orario	Moduli	Sede: Palestra Don Minzoni - Altichiero PD via Don Minzoni	Docenti
23-mag	9,00 - 13,00	MOD. 12 SIS. AL.4	L'allenamento del cambio palla nella pallavolo Maschile. <u>(Lezione Pratica in Palestra)</u> La programmazione e l'organizzazione del protocollo di allenamento nell'unità didattica; nella seduta di allenamento; nel lavoro tecnico individualizzato	Prof. Renato Barbon
	Pranzo			
Domenica	14,30-18,30	MOD. 16 SIS. AL.8	L'allenamento del break point nella Pallavolo Maschile. <u>(Lezione Pratica in Palestra)</u> La programmazione e l'organizzazione del protocollo di allenamento: nell'unità didattica; nella seduta di allenamento; nel lavoro tecnico individuale differenziato	Prof. Mario di Pietro

Esame	orario	Sede PADOVA		
5-giu sabato	14,00-16,30	GR A	ESAME DI SBARRAMENTO	
	16,30-19,00	GR B	ESAME DI SBARRAMENTO	

FR/1	orario	Moduli	Sede: Palestra Don Minzoni - Altichiero PD via Don Minzoni	Docenti
19-giu	9,00 - 13,00	Ris 1	Battuta e Ricezione nella Pallavolo Femminile di alto livello	Prof.ssa Greca Pillitu
		Ris 2	L'attacco per il cambio palla nella Pallavolo Femminile di alto livello	
Pranzo				
Sabato	14,30-18,30	Ris 3	Il Contrattacco nella Pallavolo Maschile di Alto Livello	Prof. Luciano Sturam
		Ris 4	Muro/Difesa nella PallavoloMaschile di alto livello	

## CORSO 2° GRADO 2010 - PROGRAMMA FASE RESIDENZIALE ed ESAMI FINALI

FR/2	orario	Moduli	Sede	Docenti
2-set Giovedì	14,30-18,30	Ris 5	Battuta e Ricezione nella Pallavolo Maschile di alto livello	Prof. Luciano Scaggiante
		Ris 6	L'attacco per il cambio palla nella Pallavolo Maschile di alto livello	

FR/3	orario	Moduli	Sede	Docenti
3-set	9,00 - 13,00	Ris 7	Il Contrattacco nella Pallavolo Femminile di Alto Livello	Prof. Delio Rossetto
		Ris 8	Muro/Difesa nella Pallavolo Femminile di alto livello	
Pranzo				
Venerdì	14,30-18,30	Preparazione di un allenamento guidato		

FR/4	orario	Moduli	Sede	Docenti
4-set	9,00 - 13,00	Allenamento guidato dal gruppo A <u>(Pratica in Palestra)</u>		
		Allenamento guidato dal gruppo B <u>(Pratica in Palestra)</u>		
Pranzo				
Sabato	14,30-18,30	Allenamento guidato dal gruppo C <u>(Pratica in Palestra)</u>		
		Allenamento guidato dal gruppo D <u>(Pratica in Palestra)</u>		

FR/5	orario	Moduli	Sede	Docenti
5-set Domenica	9,00-13,00	Colloquio con Commissione d'esame		
	Pranzo			
	14,30 - Termine	Colloquio con Commissione d'esame		