



Comitato Territoriale

Appennino Toscano

CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO ON FIPAV

Stagione Agonistica _2026/2027

Il corso si svolgerà nelle date e presso le sedi indicate salvo variazioni in base alla disponibilità dei docenti
PROGRAMMA

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO

TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO (AULA e PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
Martedì 13/10/2026 ON LINE	21-23	Saielli	Modulo 1-(Metod1) • Classificazione metodologica e strutturale pallavolo
Sabato 17/10/2026 Aula o Pal.	09-11	Saielli	Modulo 2-(Metod2) • La seduta di allenamento tecnico - tattico
Sabato 17/10/2026 Aula o Pal.	11-13	Saielli	Modulo 3-(Metod3) • L'esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico - tattico:
Domenica 25/10/2026 ON LINE	14-16	Saielli	Modulo 4-(Metod4) • La gestione del gruppo:
Sabato 31/10/2026 ON LINE	09-11	Saielli	Modulo 5-(Metod5) • La valutazione nel sistema di allenamento sportivo

MODELLI DI PRESTAZIONE TECNICO TATTICA NELLA PALLAVOLO (AULA e PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
Sabato 31/10/2026 ON LINE	11-13	Saielli	Modulo 6-(Mod.Pr1) • La valutazione della performance tecnico-tattica e l'identificazione dei criteri di specificità dei modelli di prestazione
Domenica 08/11/2026 Aula o Pal.	09-13	Saielli	Modulo 7-(Mod.Pr2) • I modelli di prestazione nella fascia 12-15 anni
Domenica 08/11/2026 Aula o Pal.	11-13	Saielli	Modulo 8-(Mod.Pr3) • I modelli di prestazione nella fascia 14-17 anni
Domenica 08/11/2026 Aula o Pal.	14-16	Saielli	Modulo 9-(Mod.Pr4) • I modelli di prestazione nella fascia 16-19 anni

LA DIDATTICA DI SPECIALIZZAZIONE (PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
Domenica 18/10/2026 Palestra	09-11	Angelini	Modulo 10-(Did.Sp1) • Contenuti dell'allenamento specifico dell'alzatore:
Domenica 18/10/2026 Palestra	11-13	Angelini	Modulo 11-(Did.Sp2) • Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore attaccante:
Sabato 24/10/2026 Palestra	09-11	Angelini	Modulo 12-(Did.Sp3) • Contenuti dell'allenamento specifico del centrale:
Sabato 24/10/2026 Palestra	11-13	Angelini	Modulo 13-(Did.Sp4) • Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto e del libero



SISTEMI DI ALLENAMENTO (PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
Domenica 01/11/2026 Palestra	09-11	Torri	Modulo 14-(Sis.Al1) • L'esercizio di battuta-ricezione e l'allenamento del sistema di ricezione:
Domenica 01/11/2026 Palestra	11-13	Torri	Modulo 15-(Sis.Al2) • L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla:
Domenica 15/11/2026 Palestra	09-11	Frangioni	Modulo 16-(Sis.Al3) • L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta-muro:
Domenica 15/11/2026 Palestra	11-13	Frangioni	Modulo 17-(Sis.Al4) • Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione:
Sabato 07/11/2026 Palestra	09-11	Cravedi	Modulo 18-(Sis.Al5) • Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco contro muro:
Sabato 07/11/2026 Palestra	11-13	Cravedi	Modulo 19-(Sis.Al6) • L'allenamento dei sistemi di ricostruzione del contrattacco:

SVILUPPO DELLA CAPACITA' DI GIOCO (PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
Sabato 14/11/2026 ON LINE	09-11	Torri	Modulo 20-(Sv.Gio1) • La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del cambio palla e quelli per l'allenam del Break Point
Sabato 14/11/2026 ON LINE	11-13	Torri	Modulo 21-(Sv.Gio2) • L'allenamento tattico attraverso il gioco (contenuti riferiti ai modelli di prestazione dei campionati regionali):

PREPARAZIONE FISICA (PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
Domenica 22/11/2026 Palestra	09-11	Frangioni	Modulo 22-(Pr.Fis1) • Lo sviluppo delle componenti motorie e neuro-muscolari nell'allenamento pallavolistico
Domenica 22/11/2026 Palestra	11-13	Frangioni	Modulo 23-(Pr.Fis2) • Protocolli per l'allenamento della forza

MODULO SPECIFICO – MEDICINA APPLICATA ALLO SPORT (AULA e PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
Sabato 21/11/2026 Aula o Palestra	09-13	Nervi	Modulo 24-(Med.Sp1) • Fisiologia riferita al carico di lavoro e agli adattamenti conseguenti
Sabato 21/11/2026 Aula o Palestra	09-13	Nervi	Modulo 25-(Med.Sp2) • Traumatologia e primo soccorso nell'allenamento
Sabato 21/11/2026 Aula o Palestra	09-13	Nervi	Modulo 26-(Med.Sp3) • Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico

MODULO SPECIFICO – MATCH ANALYSIS (AULA e PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
Sabato 28/11/2026 Aula o Palestra	09-11	Torri	Modulo 27-(Ril.St1) • Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite
Sabato 28/11/2026 Aula o Palestra	11-13	Torri	Modulo 28-(Ril.St2) • Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra



MODULO SPECIFICO – TECNICA ARBITRALE (AULA E PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
Martedì 01/12/2026 ON LINE	21-23	Bertonelli	Modulo 29-(Tec.Ar1) • Approfondimenti sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale: o La casistica di gioco

MODULO SPECIFICO – SITTING VOLLEY (AULA e PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	DOCENTE	ARGOMENTO
Domenica 29/11/2026 Palestra	10-12	Dioguardi	Modulo 30-(Sit.Vo1) • Il Sitting Volley

ESAME DI FINE CORSO (AULA e PALESTRA)

DATA e SEDE	ORA	LUOGO	INDIRIZZO
Martedì 08/12/2026 o Domenica 13/12/2026 Aula o Palestra	09-16	Da definire	• Valutazione tecnico – pratica
Vedi sopra	09-16	Da definire	• Prova scritta
Vedi sopra	09-16	Da definire	• Prova orale (colloquio finale)