fipavferrara

FIPAV Comitato Territoriale di Ferrara
Via Bongiovanni 21 – 44121 Ferrara
Tel. 0532 202805

Ferrara, 20/10/2026

**A tutti gli Allievi Allenatori ON**

**A tutte le Società affiliate**

**OGGETTO: INDIZIONE CORSO ALLENATORE PRIMO GRADO ON**
**Stagione Sportiva 2026/27**

Il Settore Tecnico del Comitato Territoriale FIPAV di FERRARA organizza un corso abilitante per Allenatore di Primo Grado ON.

**PREMESSA**

L'Iter Formativo dei Quadri Allenatori della Federazione Italiana Pallavolo si articola su 4 livelli di abilitazione che includono gli ambiti di competenza "giovanile". Il secondo livello di formazione è appunto quello di Primo Grado che ha come tema ispiratore "La **struttura della seduta di allenamento** e la **didattica dei gesti tecnici nel gioco**".

Gli obiettivi del corso sono:

- 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 gli elementi fondamentali della **preparazione fisica** nel sistema di allenamento
- Concetti generali sul significato della **FORZA per la pallavolo**
- Principi teorici dell'allenamento:
  o Principi che influenzano l'**adattamento organico muscolare** agli stimoli allenanti:
  ◊ **Continuità** dello stimolo allenante
  ◊ **Progressività** dell'entità dello stimolo
  ◊ **Variabilità** dello stimolo allenante
  o Principi che orientano la **gestione del carico** di allenamento:
  ◊ **Stimolo allenante efficace**
  ◊ Corretta **successione dei carichi**
  ◊ Relazione tra **formazione generale e speciale**

**FORMULA "ON"**

Si ricorda che **la qualifica di "Allievo Allenatore ON" ha 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 già dalla seconda s.a. 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. 2025/2026: Partecipazione al Corso di Allievo Allenatore ON, ottenimento relativa qualifica e primo tesseramento. s.a. 2026/2027: Ritesseramento come Allievo Allenatore ON e possibilità di partecipazione al Corso di Primo Grado. s.a. 2027/2028: Obbligo di partecipazione al Corso di Primo Grado. Se ciò non dovesse avvenire al termine della stagione 2027/2028 la qualifica di Allievo Allenatore ON decadrà.

Come riportato all'interno del Piano degli Studi, il "Corso di Primo Grado ON avrà la durata di 60 ore. Al termine del "Corso di Primo Grado ON" sarà previsto il relativo esame di abilitazione. **Sarà possibile svolgere l'esame di abilitazione fino ad un massimo di due volte. Qualora non si ottenga l'abilitazione dopo aver effettuato due volte l'esame la qualifica decadrà**. Chi, invece, supererà l'esame di abilitazione del "Corso di Primo Grado ON" otterrà la qualifica di Primo Grado ON con le relative abilitazioni.

**REQUISITI**

Possono partecipare al corso abilitante di Primo Grado ON tutti i tecnici con qualifica **Allievo Allenatore ON** in **regola con rinnovo** e quindi **con i corsi di aggiornamento**.

Per accedere alle lezioni pratiche in palestra è **necessario presentare Certificato Medico di idoneità sportiva NON agonistica**.

Il certificato medico deve essere presentato in copia entro la scadenza dell'iscrizione al corso. È altresì accettato un Certificato Medico di idoneità sportiva agonistica. **La mancanza di questo documento non permette la frequenza al corso.**

**STRUTTURA DEL CORSO**

Il Corso è strutturato in **30 lezioni da 2 ore per un totale di 60** ore di formazione più **6 ore d'esame** così suddivise:

| | |
|---|---|
| o 5 Teoria e Metodologia dell'Allenamento | Totale ore: 10 |
| o 4 Modello Prestativo | Totale ore: 8 |
| o 4 Didattica di Specializzazione | Totale ore: 8 |
| o 6 Sistemi di Allenamento | Totale ore: 12 |
| o 2 Sviluppo del Gioco | Totale ore: 4 |
| o 2 Preparazione Fisica | Totale ore: 4 |
| o 3 Medicina Sportiva | Totale ore: 6 |
| o 2 Match Analysis | Totale ore: 4 |
| o 1 Tecnica Arbitrale | Totale ore: 2 |
| o 1 Sitting Volley | Totale ore: 2 |

## LEZIONI DEL CORSO

| DATA | MOD | ORARIO | DOCENTE | SEDE |
|---|---|---|---|---|
| Sab 05/12/26 | 1 – 2 | 9 – 13 | Roberto Bissacco | Sede Fipav |
| Mer 09/12/26 | 22 | 21 – 23 | Giovanni Del Torre | Sede Fipav |
| Sab 19/12/26 | 3 – 5 | 9 – 13 | Roberto Bissacco | Sede Fipav |
| Mar 12/01/27 | 10 – 11 | 19 – 23 | Nicola Benini | Pala Portomaggiore |
| Sab 16/01/27 | 6 – 7 | 9 – 13 | Roberto Bissacco | Sede Fipav |
| Mer 20/01/27 | 23 | 20.30 – 22.30 | Giovanni Del Torre | Pala Polesella |
| Mar 26/01/27 | 12 – 13 | 19 - 23 | Nicola Benini | Pala Portomaggiore |
| Sab 30/01/27 | 8 – 9 | 9 – 13 | Roberto Bissacco | Sede Fipav |
| Mar 09/02/27 | 14 – 15 | 19 – 23 | Nicola Benini | Pala Portomaggiore |
| Sab 20/02/27 | 27 – 28 | 9 – 13 | Roberto Bissacco | Sede Fipav |
| Mar 23/02/27 | 16 – 17 | 19 – 23 | Nicola Benini | Pala Portomaggiore |
| Ven 26/02/27 | 25 | 20 – 22 | Roberto Roveri | Sede Fipav |
| Mar 02/03/27 | 18 – 19 | 19 – 23 | Nicola Benini | Pala Portomaggiore |
| Ven 05/03/27 | 26 | 20 – 22 | Roberto Roveri | Sede Fipav |
| Mer 10/03/27 | 24 | 21 – 23 | Giovanni Del Torre | Sede Fipav |
| Dom 14/03/27 | 20 – 21 | 9 – 13 | Nicola Benini | Sede Fipav |
| Mer 17/03/27 | 29 | 20 – 22 | Arbitro | Sede Fipav |
| Sab 20/03/27 | 30 | 11 – 13 | Fernando Morganelli | Palestra Bonati |
| Sab 10/04/27 | 4 | 9 – 13 | Nicola Benini/Roberto Bissacco | Sede Fipav |

## MODULI:

Mod. 1 La classificazione metodologica e strutturale della pallavolo tra le varie discipline sportive
Mod, 2 La seduta di allenamento tecnico-tattico
Mod. 3 L'esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico-tattico
Mod. 4 La gestione del gruppo squadra
Mod. 5 La valutazione nel sistema di allenamento sportivo
Mod. 6 La valutazione della performance tecnico-tattica e l'identificazione dei criteri di specificità dei modelli di prestazione
Mod. 7 I modelli di prestazione nella fascia 12 – 15 anni
Mod. 8 I modelli di prestazione nella fascia 14 – 17 anni
Mod. 9 I modelli di prestazione nella fascia 16 – 19 anni
Mod. 10 Contenuti dell'allenamento specifico dell'alzatore
Mod. 11 Contenuti dell'allenamento specifico del ricevitore – attaccante
Mod. 12 Contenuti dell'allenamento specifico del centrale
Mod. 13 Contenuti dell'allenamento specifico dell'opposto e del libero
Mod. 14 L'esercizio di battuta – ricezione e l'allenamento del sistema di ricezione
Mod. 15 L'allenamento del sistema tattico per l'azione di cambio palla
Mod. 16 L'allenamento del sistema di muro e del collegamento battuta – muro
Mod. 17 Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di difesa e ricostruzione
Mod. 18 Lo sviluppo della tecnica attraverso l'esercizio di attacco contro muro
Mod. 19 L'allenamento dei sistemi di ricostruzione del contrattacco
Mod. 20 La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del Cambio Palla e quelli

per l'allenamento del Break Point
Mod. 21 L'allenamento tecnico – tattico attraverso il gioco (con riferimento a modelli di prestazione dei campionati regionali)
Mod. 22 Lo sviluppo delle componenti motorie e neuro – muscolari nell'allenamento pallavolistico
Mod. 23 Protocolli per l'allenamento della forza
Mod. 24 Fisiologia riferita al carico di lavoro e agli adattamenti conseguenti
Mod. 25 Traumatologia e primo soccorso nell'allenamento
Mod. 26 Prevenzione delle possibili patologie da sovraccarico
Mod. 27 Tecniche di rilevamento dei dati durante le partite
Mod. 28 Analisi e utilizzo della scoutizzazione effettuata in palestra
Mod. 29 Approfondimenti sul Regolamento e sulla Tecnica Arbitrale
Mod. 30 Il Sitting Volley

**Direttore Didattico: Prof. BENINI NICOLA**

**FREQUENZA**

La frequenza alle lezioni 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 attivati presso altri Comitati Territoriali. Sono comunque consentite assenze per 3 moduli di lezione (6 ore). Nel caso, è possibile recuperare gli eventuali moduli mancanti richiedendo autorizzazione a partecipare alle lezioni organizzate da altri Comitati Territoriali della Regione Emilia Romagna.

## ESAME FINALE

La valutazione finale sarà espressa in 100/100 così suddivisi:

- 40/100 Valutazione tecnico – pratica in itinere:
  - 15/100 capacità tecniche
  - 25/100 capacità di conduzione
- 10/100 - Questionario. Prova scritta in presenza con sbarramento all'esame orale, somministrato al termine dell'ultima lezione del corso:
  - Le domande, a risposta chiusa con 3/4 opzioni di risposta, saranno 20 e riguarderanno argomenti trattati dai Docenti del Corso
  - I criteri di attribuzione dei punteggi sono i seguenti :
    - ◊ Risposta esatta: +0,5
    - ◊ Risposta errata/non data: 0
  - Il punteggio ottenuto nel questionario sarà strutturato nel modo seguente:
    - ◊ 0-3,5 punti: sbarramento non superato, obbligatorio ripetere la prova
    - ◊ 4-7 punti: necessario approfondire le tematiche oggetto della prova oltre le domande d'esame orale.
    - ◊ 7,5-10 punti : non sarà necessario ma solo facoltativo riprendere le domande del questionario in sede di esame orale
- 50/100 Prova orale da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario, potrà trattare i seguenti argomenti :
  - Domande relative al questionario se necessario
  - Domande relative alle 4 aree di sviluppo degli argomenti del corso.

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in 60/100. Per l'ottenimento della qualifica si richiede la sufficienza ad ogni singola prova.

## RICONOSCIMENTO CREDITI SPORTIVI

Nel calcolo della valutazione finale, è previsto il riconoscimento di un credito di 15/100 per tutti i partecipanti al corso i quali, per almeno una stagione nel corso degli ultimi 8 anni, hanno partecipato come giocatori a campionati di serie A e B hanno diritto al riconoscimento di un credito di 15/100 relativo alle capacità tecniche, e quindi all'esonero dalla valutazione in itinere per questa parte della valutazione tecnico – pratica in itinere.
Il partecipante avente diritto, entro la prima lezione del corso, dovrà richiedere al Direttore Didattico il riconoscimento di tale credito fornendo a prova i dettagli delle stagioni/campionati giocati. Il Direttore Didattico, verificato con il Settore Tecnico, procederà a comunicare al corsista tale riconoscimento di crediti e il conseguente esonero dalla valutazione delle capacità tecniche in relazione all'esame pratico in itinere.

## ABILITAZIONE

Un Allenatore di Primo Grado è ABILITATO a svolgere le seguenti funzioni:

- PRIMO ALLENATORE nei campionati di 1°, 2° e 3° Divisione ed in TUTTI i campionati di Categoria;
- SECONDO ALLENATORE nei campionati di Serie B2F, C, D, 1°, 2° e 3° Divisione ed in TUTTI i campionati di Categoria;

**ISCRIZIONE**

**La scadenza delle iscrizioni è fissata per VENERDÌ 4 DICEMBRE 2026 alle ore 12.00**

Il costo del corso PRIMO GRADO ON è di **€ 300,00** (trecentoeuro/00).
Il versamento potrà essere effettuato come da allegato al seguente c/c:

**IBAN IT04X0100513000000000026577**

**Intestato a FIPAV Comitato Territoriale Fipav di Ferrara**

**Causale: Iscrizione Corso Allenatore 1° Grado ON**

L'iscrizione al corso deve essere effettuata, tramite la compilazione del modulo allegato unitamente a copia del bonifico e del certificato medico, inviando tutto a

**segreteria@federvolleyferrara.it** .

***Il Corso sarà attivato con un minimo di 10 iscritti.***

**RIFERIMENTI**

Per qualsiasi dubbio o chiarimento relativo al Corso è possibile contattare il Fiduciario Territoriale Marco Breviglieri all'indirizzo mark_brevi@hotmail.com

Fiduciario Allenatori
Marco Breviglieri