

# FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI: guida alla valutazione



PROTOCOLLO DI LAVORO - PERIODO COVID-19  
STAGIONI 2019/2020 - 2020/2021



TOKYO VOLLEYBALL QUALIFICATION

Serbia 0 1 Italy

19 SET II 23

16 | 25'

1 T/O  
3 SUB  
0 CHA

T/O 1  
SUB 2  
CHA



VOLLEYBALL WORLD

# **FORMAZIONE DEI QUADRI TECNICI: *guida alla valutazione***

**Protocollo di lavoro - periodo COVID-19  
Stagioni 2019/2020 - 2020/2021**



# INDICE



<b>Spiegazione e Sviluppo delle Prove</b>	<b>Pagina 6</b>
<b>Corso Allievo Allenatore - 1° Livello Giovanile</b>	<b>Pagina 9</b>
<b>Corso Allenatori Primo Grado - 2° Livello Giovanile</b>	<b>Pagina 13</b>
<b>Corso Allenatore Secondo Grado - 3° Livello Giovanile</b>	<b>Pagina 17</b>
<b>Specifiche Prassi di Allenamento e Fase Residenziale</b>	<b>Pagina 20</b>
<b>Specifiche Questionario Formativo</b>	<b>Pagina 21</b>
<b>Elaborato finale: <b>Project Work</b></b>	<b>Pagina 22</b>
<b>Tabella complessiva delle valutazioni e dei punteggi</b>	<b>Pagina 25</b>

# **SPIEGAZIONE E SVILUPPO DELLE PROVE**

*Valido per tutti i corsi formativi*

## PROVA TECNICA

**(Prova richiesta per la qualifica al Grado di Allievo e 1° Grado)**

La prova tecnica ha lo scopo di valutare le reali capacità di gestione dei fondamentali tecnici da parte del corsista. È una prova delle abilità specifiche della pallavolo di base, nella quale verranno richieste le ripetizioni del gesto per più volte con diverse dinamiche. Verrà valutata la fluidità delle esecuzioni e la corretta impostazione delle tecniche.

## PROVA DI DIMOSTRAZIONE ESECUTIVA E DESCRITTIVA

**(prova richiesta in questa modalità al Grado di Allievo, 1° e 2° Grado)**

La prova di dimostrazione ha lo scopo di valutare il candidato nella sua capacità di espressione nelle competenze specifiche legate alla spiegazione e descrizione del gesto, come in presenza di giocatori o squadra. Verrà valutata la capacità espositiva, l'anticipazione delle correzioni necessarie alla corretta esecuzione e la validità esecutiva del gesto proposto coerente con le corrette tecniche.

## QUESTIONARIO FORMATIVO

**(Prova richiesta a tutti i Gradi Allenatore)**

La prova tramite il questionario formativo ha lo scopo di accompagnare il candidato lungo un percorso di revisione del materiale didattico fornito: Slide, Multimedia, Bibliografie, Articoli ed Approfondimenti, Appunti personali o condivisi con la classe. Ha lo scopo di portare il candidato allo studio dei Manuali di Formazione FIPAV, sottolineando tutte le materie e gli argomenti caratterizzanti la formazione richiesta allo specifico grado da allenatore dello specifico corso. Grazie alla griglia di valutazione (specificata nel documento) e alla possibilità/dovere di ripetere le risposte risultate non idonee, si punta ad una *Efficacia Formativa* basata sulla *Ricerca*. Si procederà infatti ad un secondo questionario, con la richiesta di ripetere le risposte non idonee, e riportare ancora le stesse in sede di esame orale finale se ci fossero ulteriori dubbi o chiarimenti.

## PROGRAMMAZIONE ALLENAMENTO

**(Prova esclusiva per il 2° Grado)**

La prova sulla rilevazione della singola unità di allenamento è una vera e propria intervista (che può essere realizzata anche in modalità video, previa autorizzazione dell'allenatore) che il candidato dovrà sottoporre ad un allenatore di 3° Grado e 3° Livello Giovanile in attività nelle categorie di Serie A e B, oppure nel giovanile di alto livello (serie A). Questa ha lo scopo di valutare la capacità di saper riconoscere le diverse parti dell'unità di allenamento, dimostrando così di essere in grado di descrivere le caratteristiche delle varie parti, spiegandone i contenuti attraverso la modalità dell'indagine.

## **ANALISI DELLA GARA**

**(Prova esclusiva per il 2°Grado)**

La prova di analisi della gara ha lo scopo di valutare il candidato nella sua capacità di rilevare i dati di una gara (singoli giocatori e squadra, rotazione per rotazione nelle diverse fasi) e trarne indicazioni per la programmazione del Mesociclo e Microciclo fino ad arrivare alla pianificazione di esercizi atti a risolvere le problematiche riscontrate.

## **PROJECT WORK**

**(prova richiesta per la qualifica al 2°Grado)**

È la prova dove viene richiesto al candidato un vero e proprio progetto di lavoro simulato, di una intera programmazione a partire dal Macro ciclo fino ad arrivare all'Unità di allenamento, coerentemente e correttamente inserita in un contesto Sociale, Societario e di Squadra, con le relative attenzioni alle caratteristiche dei singoli.





# CORSO ALLIEVO ALLENATORE

## 1° Livello Giovanile

### VALUTAZIONE INIZIALE

In apertura del Corso sarà somministrato agli iscritti un questionario volto a definire il livello delle conoscenze iniziali dei partecipanti stessi. Il questionario, a cura del Direttore Didattico del Corso, sarà composto da 20 domande a risposta multipla (una sola corretta) così distribuite per macro argomenti:

- 10 domande: area tecnico-motoria
- 5 domande: area metodologica
- 5 domande: preparazione fisica

**Questa prova non da punteggio.**

Essa infatti servirà al Direttore Didattico per richiedere ai corsisti di approfondire gli argomenti deficitari prima del termine del corso, e per dare precise indicazioni ai docenti di mettere più o meno attenzioni nello svolgimento del programma. Si consiglia l'utilizzo di Moduli o Questionari on line da distribuire in presenza durante la prima lezione con riconsegna temporizzata.

### VALUTAZIONE FINALE

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

- **20/100 Prova Tecnica:**
  - Spedizione del video individuale entro il termine dell'ultima lezione del corso una volta trattati i relativi argomenti.
  - Il video individuale per la valutazione dovrà avere le seguenti caratteristiche:
    - ◇ La ripresa dovrà essere effettuata da una angolazione laterale o frontale/laterale
    - ◇ La ripresa dovrà essere effettuata senza tagli per ogni fondamentale richiesto
    - ◇ Ogni clip video dovrà avere una durata di circa 15 secondi in presa diretta con la reale esecuzione comprendente esecuzioni corrette ed eventuali errori
    - ◇ La ripresa dovrà essere effettuata con audio ma senza rumori di fondo, musica e commenti esterni (si dovrà sentire solo il rumore del contatto col pallone)
    - ◇ Prima dell'inizio dell'esecuzione tecnica il corsista dovrà presentare l'esercizio come se lo stesse proponendo ai propri giocatori. Si richiede un tono chiaro e deciso; questo verrà anche valutato come esempio di capacità di conduzione.
  - I fondamentali e le progressioni da eseguire per la dimostrazione delle capacità tecniche sono:
    - ◇ Ripetizione di palleggi sul posto, consecutivi di media altezza
    - ◇ Ripetizione di palleggi sul posto, consecutivi con altezza alternata alto e basso (1 alto e 1 basso)
    - ◇ Ripetizione di bagher sul posto, consecutivi di media altezza
    - ◇ Ripetizione di bagher sul posto, consecutivi con altezza alternata alto e basso (1 alto e 1 basso)

- ◇ Ripetizione di colpi al muro, alternando palleggio e bagher, consecutivi di media altezza
  - ◇ Ripetizione di colpi al muro, alternando ad ogni bagher al muro un palleggio sul posto, consecutivi di media altezza
  - ◇ Ripetizione di colpi a terra in prossimità del muro, utilizzando la schiacciata sempre con lo stesso arto dominante, consecutivi, con le spalle fronte alla parete, in modo tale da far rimbalzare la palla terra/muro.
  - ◇ Ripetizione di colpi al muro, utilizzando il colpo di battuta float sempre con lo stesso arto dominante (contatto con la palla sopra la linea della testa e lancio della palla con l'arto opposto non dominante), consecutivi, con le spalle fronte alla parete. La palla dovrà tornare tra le mani di chi esegue l'azione. Si richiede una distanza di circa 3/4 metri
  - ◇ Stesso del precedente con ritorno della palla sul bagher di chi esegue l'azione, che continuerà con un controllo e blocco della palla con due mani sopra la linea della testa; proseguirà così con i successivi da palla ferma in mano. Si richiede una distanza di circa 6 metri.
- **30/100 Prova di Dimostrazione esecutiva e descrittiva:**
    - Spedizione del video individuale entro il termine dell'ultima lezione del corso una volta trattati i relativi argomenti.
    - Le caratteristiche del video sono le stesse della Prova Tecnica.
    - I movimenti e le progressioni da eseguire senza palla, per la dimostrazione sono:
      - ◇ Dimostrazione e descrizione della posizione di bagher
      - ◇ Dimostrazione e descrizione della posizione di palleggio
      - ◇ Dimostrazione e descrizione della posizione di difesa
      - ◇ Dimostrazione e descrizione della posizione d'attesa ed esecuzione del muro
      - ◇ Dimostrazione e descrizione del gesto d'attacco
    - I movimenti e le progressioni da eseguire con la palla, per la dimostrazione della gestualità del Tecnico in campo sono:
      - ◇ Dimostrazione di appoggio al palleggiatore: ripetizione di lanci dal basso (sotto la linea del petto), consecutivi di altezza medio/alta a bersaglio
      - ◇ Dimostrazione di rimessa in gioco nel campo opposto, dal basso: ripetizione di colpi consecutivi di altezza medio/alta a bersaglio. Il soggetto dovrà avere due palloni: uno tenuto fermo sotto il braccio (tenuto con braccio e fianco), l'altro tenuto con lo stesso braccio ma con la mano aperta a sorreggerlo. L'altro braccio (il dominante) verrà usato esclusivamente per colpire
      - ◇ Dimostrazione di rimessa in gioco nel proprio campo, dall'alto: ripetizione di colpi con la mano aperta, contatto sopra la linea della testa (colpo pallonetto), consecutivi di altezza media a bersaglio
    - Per tutte le progressioni che prevedono un bersaglio, esso dovrà avere le seguenti caratteristiche:
      - ◇ Una grandezza di 1m x 1m circa (se quadrato) o 1m circa di diametro (se rotondo).
      - ◇ Una distanza dal bersaglio idonea alla dimostrazione del determinato gesto.
      - ◇ Se possibile, nel rispetto delle normative vigenti, si consiglia (come sostituzione del bersaglio) l'ausilio di un aiutante per il blocco e restituzione della palla.

- **10/100 Questionario Formativo:**

- Il questionario dovrà essere somministrato nei giorni immediatamente successivi all'ultima lezione del corso.
- Le 10 domande, a risposta aperta, riguarderanno gli argomenti più caratterizzanti il percorso formativo, trattati dai Docenti del Corso.
- 5 argomenti obbligatori per ogni Corso sono allegati nelle specifiche per il questionario a pagina 21.
- Ogni domanda verrà valutata dal Direttore Didattico seguendo la griglia di valutazione allegata.
- Risposta esaustiva 1 punto, risposta non esaustiva 0. Il punteggio massimo sarà quindi di 10 punti.
- Per essere considerata Esaustiva dovrà rispondere ai seguenti punti della griglia:
  - ◇ “Conoscenze”: Capacità di padronanza e articolazione dell'argomento dato
  - ◇ “Competenze”: Capacità di attinenza ed esattezza della risposta
  - ◇ “Abilità”: Capacità di sintesi e concretezza
- Le risposte potranno avere una lunghezza massimo di 300 parole circa
- Riconsegna e Valutazione del questionario: alle risposte corrette verrà assegnato il relativo punteggio; le risposte non corrette saranno oggetto della seconda prova del questionario. Il punteggio sommato tra la prima e la seconda prova darà quello finale. Nel caso rimanessero domande non correttamente risposte, saranno argomento della prova orale.
- La ripetizione della prova scritta dovrà essere effettuata almeno tre giorni prima del giorno stabilito per la prova orale

- **40/100 Prova orale:**

- Sarà da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario.
- Gli argomenti richiesti potranno spaziare su tutto il programma svolto e sulle domande non risposte del questionario.
- Si consigliano 4 domande che assegnano 10 punti cadauna.

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in **60/100**.

## RICONOSCIMENTO CREDITI SPORTIVI

Coloro i quali, per almeno una stagione nel corso degli ultimi 8 anni, hanno partecipato come atleti a campionati di serie A e B hanno diritto al riconoscimento di un credito di 20/100 relativo alle capacità tecniche, e quindi all'esonero dalla valutazione in itinere per questa parte della valutazione tecnico – pratica in itinere.

## COMMISSIONE D'ESAME

La Commissione d'esame sarà composta da un **Presidente-Docente Federale**, nominato dal **Comitato Regionale** e da **2 componenti** (il Direttore Didattico ed un Docente Federale). Almeno un componente della Commissione dovrà possedere la Specializzazione Giovanile. Il Segretario della Commissione d'Esame sarà nominato dal Comitato Territoriale.

La prova di Valutazione finale potrà essere svolta in presenza presso le Sedi dei Comitati Regionali e Territoriali aperti, sempre nel rispetto del Protocollo AntiCovid FIPAV.

Altra soluzione di svolgimento sarà invece da Remoto attraverso piattaforme FAD, con due Commissari Esaminatori e tre Corsisti contemporaneamente online sempre in presenza per tutto lo svolgimento dell'esame. In questo caso è obbligatorio l'utilizzo della webcam per tutti e per tutto il tempo senza interruzione.

**È VIETATA LA REGISTRAZIONE DELLE PROVE DI VALUTAZIONE, CON RISCHIO DI PROVVEDIMENTO DISCIPLINARE PER CHI CONTRAVVIENE ALLA REGOLA.**



★  
**MIKASA**®

# CORSO ALLENATORE DI PRIMO GRADO

## 2° Livello Giovanile

### VALUTAZIONE FINALE

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

- **20/100 Prova Tecnica:**
  - Spedizione del video individuale entro il termine dell'ultima lezione del corso una volta trattati i relativi argomenti.
  - Il video individuale per la valutazione dovrà avere le seguenti caratteristiche:
    - ◇ La ripresa dovrà essere effettuata da una angolazione laterale o frontale/laterale
    - ◇ La ripresa dovrà essere effettuata senza tagli per ogni fondamentale richiesto
    - ◇ Ogni clip video dovrà avere una durata di circa 15 secondi in presa diretta con la reale esecuzione comprendente esecuzioni corrette ed eventuali errori
    - ◇ La ripresa dovrà essere effettuata con audio ma senza rumori di fondo, musica e commenti esterni (si dovrà sentire solo il rumore del contatto col pallone)
    - ◇ Prima dell'inizio dell'esecuzione tecnica il corsista dovrà presentare l'esercizio come se lo stesse proponendo ai propri giocatori. Si richiede un tono chiaro e deciso; questo verrà anche valutato come esempio di capacità di conduzione.
  - I fondamentali e le progressioni da eseguire per la dimostrazione delle capacità tecniche sono:
    - ◇ Ripetizione di palleggi sul posto, consecutivi di altezza variabile
    - ◇ Ripetizione di palleggi sul posto, consecutivi con spostamenti nelle quattro direzioni.
    - ◇ Ripetizione di bagher sul posto, consecutivi di altezza variabile.
    - ◇ Ripetizione di bagher sul posto, consecutivi con con spostamenti nelle quattro direzioni.
    - ◇ Ripetizione di colpi al muro, alternando ad ogni bagher al muro un palleggio sul posto, consecutivi di altezza variabile
    - ◇ Ripetizione di colpi a terra in prossimità del muro, utilizzando la schiacciata sempre con lo stesso arto dominante, consecutivi, con le spalle fronte alla parete, in modo tale da far rimbalzare la palla terra/muro.
    - ◇ Ripetizione di colpi al muro, utilizzando il colpo di battuta float sempre con lo stesso arto dominante (contatto con la palla sopra la linea della testa e lancio della palla con l'arto opposto non dominante), consecutivi, con le spalle fronte alla parete. La palla dovrà tornare tra le mani di chi esegue l'azione. Si richiede una distanza di circa 3/4 metri
    - ◇ Stesso del precedente con ritorno della palla sul bagher di chi esegue l'azione, che continuerà con un controllo e blocco della palla con due mani sopra la linea della testa; proseguirà così con i successivi da palla ferma in mano. Si richiede una distanza di circa 6 metri

- **30/100 Prova di Dimostrazione esecutiva e descrittiva:**
  - Spedizione del video individuale entro il termine dell'ultima lezione del corso una volta trattati i relativi argomenti.
  - Le caratteristiche del video sono le stesse della Prova Tecnica.
  - I movimenti e le progressioni da eseguire senza palla, per la dimostrazione sono:
    - ◇ Dimostrazione e descrizione della posizione di ricezione con specifici interventi su diverse traiettorie (laterali o alte) e per tipo di battuta
    - ◇ Dimostrazione e descrizione della posizione di palleggio con riferimento alle situazioni di gioco: traslocazioni di spostamento dal punto rete ideale verso le posizioni spostate e staccate
    - ◇ Dimostrazione e descrizione della presa di posizione difensiva su traiettorie di diagonale e parallela per le diverse posizioni di seconda linea
    - ◇ Dimostrazione e descrizione delle varie traslocazioni a muro
    - ◇ Dimostrazione e descrizione del gesto d'attacco con movimenti in intra rotazione ed extra rotazione
  - I movimenti e le progressioni da eseguire con la palla, per la dimostrazione della gestualità del Tecnico in campo sono:
    - ◇ Dimostrazione di appoggio al palleggiatore: ripetizione di lanci dal basso (sotto la linea del petto), consecutivi di altezza medio/alta a bersaglio
    - ◇ Dimostrazione di rimessa in gioco nel campo opposto, dal basso: ripetizione di colpi consecutivi di altezza medio/alta a bersaglio. Il soggetto dovrà avere due palloni: uno tenuto fermo sotto il braccio (tenuto con braccio e fianco), l'altro tenuto con lo stesso braccio ma con la mano aperta a sorreggerlo. L'altro braccio (il dominante) verrà usato esclusivamente per colpire
    - ◇ Dimostrazione di rimessa in gioco nel proprio campo, dall'alto: ripetizione di colpi con la mano aperta, contatto sopra la linea della testa (colpo pallonetto), consecutivi di altezza media a bersaglio
  - Per tutte le progressioni che prevedono un bersaglio, esso dovrà avere le seguenti caratteristiche:
    - ◇ Una grandezza di 1m x 1m circa (se quadrato) o 1m circa di diametro (se rotondo).
    - ◇ Una distanza dal bersaglio idonea alla dimostrazione del determinato gesto.
    - ◇ Se possibile, nel rispetto delle normative vigenti, si consiglia (come sostituzione del bersaglio) l'ausilio di un aiutante per il blocco e restituzione della palla.



● **10/100 Questionario Formativo:**

- Il questionario dovrà essere somministrato nei giorni immediatamente successivi all'ultima lezione del corso.
- Le 10 domande, a risposta aperta, riguarderanno gli argomenti più caratterizzanti il percorso formativo, trattati dai Docenti del Corso.
- 5 argomenti obbligatori per ogni Corso sono allegati nelle specifiche per il questionario a pagina 21.
- Ogni domanda verrà valutata dal Direttore Didattico seguendo la griglia di valutazione allegata.
- Risposta esaustiva 1 punto, risposta non esaustiva 0. Il punteggio massimo sarà quindi di 10 punti.
- Per essere considerata Esaustiva dovrà rispondere ai seguenti punti della griglia:
  - ◇ “Conoscenze”: Capacità di padronanza e articolazione dell’argomento dato
  - ◇ “Competenze”: Capacità di attinenza ed esattezza della risposta
  - ◇ “Abilità”: Capacità di sintesi e concretezza
- Le risposte potranno avere una lunghezza massimo di 300 parole circa
- Riconsegna e Valutazione del questionario: alle risposte corrette verrà assegnato il relativo punteggio; le risposte non corrette saranno oggetto della seconda prova del questionario. Il punteggio sommato tra la prima e la seconda prova darà quello finale. Nel caso rimanessero domande non correttamente risposte, saranno argomento della prova orale.
- La ripetizione della prova scritta dovrà essere effettuata almeno tre giorni prima del giorno stabilito per la prova orale

● **40/100 Prova orale:**

- Sarà da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario
- Gli argomenti richiesti potranno spaziare su tutto il programma svolto e sulle domande non risposte del questionario
- Si consigliano 4 domande che assegnano 10 punti cadauna

Il punteggio minimo per ottenere l’idoneità è fissato in **60/100**.

## RICONOSCIMENTO CREDITI SPORTIVI

Coloro i quali, per almeno una stagione nel corso degli ultimi 8 anni, hanno partecipato come atleti a campionati di serie A e B hanno diritto al riconoscimento di un credito di 20/100 relativo alle capacità tecniche, e quindi all’esonero dalla valutazione in itinere per questa parte della valutazione tecnico – pratica in itinere.

## COMMISSIONE D’ESAME

La Commissione d’esame sarà composta da un **Presidente-Docente Federale**, nominato dal **Comitato Regionale** e da **2 componenti** (il Direttore Didattico ed un Docente Federale). Almeno un componente della Commissione dovrà possedere la Specializzazione Giovanile. Il Segretario della Commissione d’Esame sarà nominato dal Comitato Territoriale.

La prova di Valutazione finale potrà essere svolta in presenza presso le Sedi dei Comitati Regionali e Territoriali aperti, sempre nel rispetto del Protocollo AntiCovid FIPAV. Altra soluzione di svolgimento sarà invece da Remoto attraverso piattaforme FAD, con due Commissari Esaminatori e tre Corsisti contemporaneamente online sempre in presenza per tutto lo svolgimento dell’esame. In questo caso è obbligatorio l’utilizzo della webcam per tutti e per tutto il tempo senza interruzione.

**È VIETATA LA REGISTRAZIONE DELLE PROVE DI VALUTAZIONE, CON RISCHIO DI PROVVEDIMENTO DISCIPLINARE PER CHI CONTRAVVIENE ALLA REGOLA.**





# CORSO ALLENATORE DI SECONDO GRADO

## 3° Livello Giovanile

### VALUTAZIONE FINALE

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

- **10/100 Questionario formativo:**

- Il questionario dovrà essere somministrato nei giorni immediatamente successivi all'ultima lezione del corso.
- Le 10 domande, a risposta aperta, riguarderanno gli argomenti più caratterizzanti il percorso formativo, trattati dai Docenti del Corso.
- 5 argomenti obbligatori per ogni Corso sono allegati nelle specifiche per il questionario a pagina 21.
- Ogni domanda verrà valutata dal Direttore Didattico seguendo la griglia di valutazione allegata.
- Risposta esaustiva 1 punto, risposta non esaustiva 0. Il punteggio massimo sarà quindi di 10 punti.
- Per essere considerata Esaustiva dovrà rispondere ai seguenti punti della griglia:
  - ◇ “Conoscenze”: Capacità di padronanza e articolazione dell'argomento dato
  - ◇ “Competenze”: Capacità di attinenza ed esattezza della risposta
  - ◇ “Abilità”: Capacità di sintesi e concretezza
- Le risposte potranno avere una lunghezza massimo di 300 parole circa
- Riconsegna e Valutazione del questionario: alle risposte corrette verrà assegnato il relativo punteggio; le risposte non corrette saranno oggetto della seconda prova del questionario. Il punteggio sommato tra la prima e la seconda prova darà quello finale. Nel caso rimanessero domande non correttamente risposte, saranno argomento della prova orale.
- La ripetizione della prova scritta dovrà essere effettuata almeno tre giorni prima del giorno stabilito per la prova orale.

- **5/100 Programmazione Allenamento**

L'indagine sull'Unità di Allenamento verterà sui seguenti argomenti:

- Collocazione della seduta nel contesto del microciclo settimanale
- Struttura dell'allenamento
- Blocchi e Moduli della seduta (Tipologia ed Obiettivi)
- Gestione delle diverse correzioni nell'elemento allenante Analitico, Sintetico e Globale.
- Valutazione dell'Allenamento.

- **5/100 Analisi della Gara**

Il Direttore Didattico fornirà ai corsisti un video di una partita di serie A o B del campionato ufficiale maschile o femminile.

- La gara o lo spezzone dovranno prevedere 3 set completi.

- L'elaborato dovrà essere riconsegnato dopo 2 giorni.
- Il corsista sceglierà se analizzare la fase Cambio Palla o Break Point (inteso solo di prima azione).
- Nell'elaborato devono essere presenti le seguenti analisi:
  - ◇ Efficienza e positività di tutti i fondamentali di ogni giocatore della squadra scelta.
  - ◇ Efficienza e positività di squadra in ogni rotazione della squadra scelta.
  - ◇ Considerazioni sui dati rilevati.
  - ◇ Proposta di programmazione di lavoro settimanale.
  - ◇ Proposta di Esercizi.
- **20/100 Project Work**
  - Il Tema del verrà scelto dal candidato tra sei possibili tematiche (vd. specifico allegato).
  - La riconsegna dell'elaborato finale dovrà essere fissata entro e non oltre una settimana dal termine della fase residenziale.
  - Per il corretto svolgimento del progetto si rimanda allo specifico allegato.
- **20/100 Prova di Dimostrazione esecutiva e descrittiva**
  - Spedizione del video individuale entro il termine dell'ultima lezione del corso una volta trattati i relativi argomenti.
  - Il video individuale per la valutazione dovrà avere le seguenti caratteristiche:
    - ◇ La ripresa dovrà essere effettuata in maniera da poter vedere l'intera figura che spiega e dimostra il fondamentale o il gesto richiesto.
    - ◇ La ripresa dovrà essere effettuata senza tagli
    - ◇ Ogni clip video dovrà avere una durata di circa 30 secondi in presa diretta con il reale svolgimento comprendente esecuzioni corrette ed eventuali errori.
    - ◇ La ripresa dovrà essere effettuata con audio ma senza rumori di fondo, musica e commenti esterni (si dovrà sentire solo la voce del candidato e il rumore del contatto col pallone)
    - ◇ Si richiede un tono chiaro e deciso; questo verrà anche valutato come esempio di capacità di conduzione.
  - I movimenti e le progressioni da eseguire senza palla, per la dimostrazione sono:
    - ◇ Dimostrazione e descrizione dei Sistemi di Ricezione (situazione Battuta Float e Spin)
    - ◇ Dimostrazione e descrizione dei Sistemi di Distribuzione (Schemi di Gioco di base)
    - ◇ Dimostrazione e descrizione dei Sistemi di Difesa, a seconda del tipo di alzata avversaria
    - ◇ Dimostrazione e descrizione dei principali Sistemi di Muro
    - ◇ Dimostrazione e descrizione dei Colpi d'Attacco a seconda delle situazioni di gioco
  - I movimenti e le progressioni da eseguire con la palla, per la dimostrazione della gestualità del Tecnico in campo sono:
    - ◇ Dimostrazione di appoggio al palleggiatore: ripetizione di lanci dal basso (sotto la linea del petto), consecutivi di altezza medio/alta a bersaglio
    - ◇ Dimostrazione di rimessa in gioco nel campo opposto, dal basso: ripetizione di colpi consecutivi di altezza medio/alta a bersaglio. Il soggetto dovrà avere due palloni: uno tenuto fermo sotto il braccio (tenuto con braccio e fianco), l'altro tenuto con lo stesso braccio ma con la mano aperta a sorreggerlo. L'altro braccio (il dominante) verrà usato esclusivamente per colpire
    - ◇ Dimostrazione di rimessa in gioco nel proprio campo, dall'alto: ripetizione di colpi con la mano aperta, contatto sopra la linea della testa (colpo pallonetto), consecutivi di altezza media a bersaglio

- Per tutte le progressioni che prevedono un bersaglio, esso dovrà avere le seguenti caratteristiche:
  - ◇ Una grandezza di 1m x 1m circa (se quadrato) o 1m circa di diametro (se rotondo).
  - ◇ Una distanza dal bersaglio idonea alla dimostrazione del determinato gesto.
  - ◇ Se possibile, nel rispetto delle normative vigenti, si consiglia (come sostituzione del bersaglio) l'ausilio di un aiutante per il blocco e restituzione della palla.
- **40/100 Prova orale**
  - Sarà da svolgersi almeno una settimana dopo la somministrazione del questionario
  - Gli argomenti richiesti potranno spaziare su tutto il programma svolto e sulle domande non risposte del questionario
  - Si consigliano 4 domande che assegnano 10 punti cadauna

Il punteggio minimo per ottenere l'idoneità è fissato in **60/100**.

## COMMISSIONE D'ESAME

La Commissione d'esame sarà composta da un **Presidente**, nominato dal **Settore Formazione FIPAV** e da **2 componenti** (il Direttore Didattico ed un Docente Federale). Almeno un componente della Commissione dovrà possedere la Specializzazione Giovanile. Il Segretario della Commissione d'Esame sarà nominato dal Comitato Regionale. La prova di Valutazione finale potrà essere svolta in presenza presso le Sedi dei Comitati Regionali aperti, sempre nel rispetto del Protocollo AntiCovid FIPAV. Altra soluzione di svolgimento sarà invece da Remoto attraverso piattaforme FAD, con due Commissari Esaminatori e tre Corsisti contemporaneamente online sempre in presenza per tutto lo svolgimento dell'esame.

In questo caso è obbligatorio l'utilizzo della webcam per tutti e per tutto il tempo senza interruzione.

**È VIETATA LA REGISTRAZIONE DELLE PROVE DI VALUTAZIONE, CON RISCHIO DI PROVVEDIMENTO DISCIPLINARE PER CHI CONTRAVVIENE ALLA REGOLA.**



## PRASSI DI ALLENAMENTO E FASE RESIDENZIALE

Essendo impossibilitata la reale fattività di allenamenti e assembramenti, come previsti dalla Guida Formativa, per i moduli relativi alla prassi pratica e per tutta la fase residenziale, questi verranno svolti come normali lezioni in Webinar.

Si consiglia che lo svolgimento delle lezioni venga effettuato con l'ausilio di:

- **Slide**
- **Fogli Allenamento**
- **Immagini e Video di allenamenti**
- **Lavagna (online o in presa diretta)**

Questo per riportare specifici esercizi delle unità di allenamento, legati agli obiettivi dati nella Guida per la Formazione. Non si tratta di lezioni riguardanti la teoria della tecnica o della tattica, ma la loro attuazione in esercizi pratici in palestra.

Il Docente potrà così dare al corsista la verosimile possibilità di acquisire competenze di campo.

È ulteriormente richiesto di accertarsi che i Docenti o gli Allenatori chiamati ad espletare tale prassi, siano ben attenti a dare chiare indicazioni pratiche relative alle capacità che un tecnico deve avere nelle spiegazioni, chiarimenti, correzioni, utilizzo delle parole chiave e ammonimenti. Diversamente infatti all'usuale spiegazione di video, in questo caso si renderà utile e necessario riportare l'attenzione ai dettagli propri di una organizzazione sul campo.

Infatti, non sarà scontata ma richiesta la parte relativa all'organizzazione dello staff, la posizione in campo, l'utilizzo di attrezzature, la gestualità tecnica e la strategia specifica per la riuscita degli obiettivi negli esercizi proposti.

Stesso discorso si richiede che venga realizzato per la parte pratica legata all'aspetto previsto di Preparazione Fisica, che prevede l'utilizzo e la pratica in sala pesi.

Il Docente, se in condizioni di poterlo fare in sicurezza, potrà condurre la lezione proprio dall'ambiente specifico.



# QUESTIONARIO FORMATIVO

## INDICAZIONI SULLE TEMATICHE

### OBBLIGATORIE

Fatta salva la libertà di scelta da parte del Direttore Didattico dei corsi, negli argomenti o domande a completamento del Questionario Formativo, si crede imprescindibile l’inserimento di questi punti per i vari livelli:

#### ALLIEVO ALLENATORE

1. I principi teorici fondamentali dell’allenamento sportivo descritti attraverso esemplificazioni riferite alla pallavolo
2. Spiegare il concetto di “abilità motoria” attraverso riferimenti specifici della pallavolo
3. Gli obiettivi fondamentali per una corretta preparazione fisica nella pallavolo giovanile
4. Definire e spiegare il concetto di “modello di prestazione” attraverso riferimenti specifici della pallavolo
5. Definire e spiegare i concetti di “sistema di gioco” e “sistemi tattici” attraverso esemplificazioni riferite alla pallavolo

#### ALLENATORE 1°GRADO

1. Definire e spiegare i concetti di “seduta di allenamento” e “unità didattica” nel sistema di allenamento pallavolistico
2. Il significato metodologico della ripetizione nelle forme di esercizio utilizzate nel sistema di allenamento pallavolistico
3. Significato della forza nel sistema di allenamento pallavolistico
4. Definire e spiegare il concetto di “leadership” attraverso riferimenti specifici della pallavolo
5. Spiegare i concetti di “valutazione funzionale” e “valutazione prestativa” attraverso riferimenti specifici della pallavolo

#### ALLENATORE 2°GRADO

1. Definire e spiegare il concetto di “programmazione” attraverso la descrizione delle modalità utilizzate nel sistema di allenamento pallavolistico.
2. Definire il concetto di “talento” e spiegare i passi essenziali del processo di identificazione, sviluppo e promozione del talento
3. Spiegare i concetti di “specializzazione motoria”, “specializzazione del ruolo” e “specializzazione del sistema di allenamento”, attraverso riferimenti specifici della pallavolo
4. Definire le espressioni specifiche di forza del modello di prestazione pallavolistico attraverso esemplificazioni riferite alla pallavolo
5. Spiegare il concetto di “comunicazione didattica” riferita alla pratica sportiva attraverso l’analisi strutturale del processo comunicativo

*La scelta fatta è relativa a quello che si crede fondamentale conoscere al passaggio tra un livello formativo e l’altro. Stesso viene richiesto nella scelta autonoma dei restanti argomenti.*

# ELABORATO FINALE: PROJECT WORK

## TEMATICHE:

Ciascun partecipante dovrà elaborare un progetto di lavoro, su una delle seguenti tracce:

FASE RICEZIONE PUNTO con particolare attenzione ai SISTEMI di RICEZIONE, nelle diverse situazioni di gioco scelte.

FASE RICEZIONE PUNTO con particolare attenzione all'ALZATA e ai suoi Sistemi di DISTRIBUZIONE, nelle diverse situazioni di gioco scelte.

FASE RICEZIONE PUNTO con particolare attenzione al PRIMO ATTACCO nelle diverse situazioni di gioco scelte.

FASE BATTUTA PUNTO con particolare attenzione al SERVIZIO nelle diverse situazioni di gioco scelte.

FASE BATTUTA PUNTO con particolare attenzione ai SISTEMI di MURO, nelle diverse situazioni di gioco scelte.

FASE BATTUTA PUNTO con particolare attenzione ai SISTEMI di DIFESA, nelle diverse situazioni di gioco scelte.

## SVOLGIMENTO:

Il corsista deve specificare se il titolo scelto sarà trattato in riferimento al settore maschile o al settore femminile e deve indicare il livello di campionato a cui fa riferimento il PW (considerando fino a che serie o categoria è possibile allenare col livello di 2° grado o 3° livello giovanile).

Il PW deve essere corredato di:

1. definizione degli obiettivi tecnico/tattici ai fini del campionato
2. descrizione delle tecniche esecutive
3. descrizione dei sistemi adottati
4. organizzazione dell'allenamento (parte principale del lavoro)

Il PW, quindi, dovrà essere incentrato sulla strutturazione di una seduta di allenamento per una squadra (oppure ad una parte di questa, contestualizzando la situazione), andando a collocarlo rispetto all'ambito di lavoro, alla squadra e alla programmazione (Macro ciclo – Mesociclo – Microciclo); nell'ambito della seduta il corsista potrà poi soffermarsi su un particolare esercizio, obiettivo e/o fase di gioco andando ad approfondire l'argomento anche con un supporto a sua scelta; il quale può essere realizzato, anche se non necessario ai fini del lavoro, in PowerPoint (o presentazione con Slide) o un supporto multimediale (Foto, Video, Disegno).

La realizzazione di un eventuale supporto (considerato un elemento in più) dovrà essere interpretata come una spiegazione ulteriore e qualificante il tema centrale del PW, non un elemento ulteriore che devii dal focus scelto.

Se realizzato, dovrà essere fatto in autonomia con mezzi propri e non ricavato o scaricato da fonti esterne (browser internet, canali YouTube o similari).

Il Project Work deve essere realizzato tenendo conto di alcuni principi metodologici fondamentali e vincolanti, trattati in modo esaustivo nel corso delle lezioni; principi che dovranno essere rispettati per qualificare in modo sostanziale il lavoro svolto. Laddove ci fossero riferimenti a ricerche scientifiche o altri cenni di carattere bibliografico, sarà importante darne una chiara citazione, indicandone la provenienza e gli autori.

Sarà importante dettagliare in modo puntuale e preciso lo svolgimento dell'allenamento e le eventuali parti di programmazione che verranno eventualmente toccate. Si ricorda di non utilizzare tabelle nominative e foto che ritraggono persone in primo piano (facilmente identificabili), a meno che non sia stata richiesta apposita autorizzazione alla citazione.

## **1. La preparazione del Project Work**

### *Scelta dell'argomento*

La scelta dell'argomento e della tematica del Project Work avverrà tra le tracce già precedentemente descritte.

Ricapitolando andranno quindi precisati:

- il campionato di riferimento (livello e settore M o F);
- il periodo dell'anno agonistico;
- le strutture utilizzabili (così come il materiale).

Nella scelta dell'unità di allenamento vanno precisati:

- il giorno della settimana (collocazione nel Microciclo);
- il tema fondamentale: l'Obiettivo;
- le progressioni didattiche per arrivare al tema.

Ogni partecipante dunque, descrivere in modo dettagliato la singola unità di allenamento, ma nella chiara struttura da cui questo origina.

Bisognerà sempre avere un'idea chiara del tipo di impegno possibile, tenendo conto che in base al tema assegnato occorrerà un buon approccio metodologico e un lavoro di preparazione del documento scritto finale (con i suoi eventuali allegati) che deve portare ad una buona qualità e concretezza.

## 2. La redazione e la presentazione del Project Work

La lunghezza del Project Work non deve superare in linea di massima le 3.500 parole utilizzate e circa le 10/15 pagine; tenendo presente che sarà importante contenere la lunghezza del lavoro, concentrandosi direttamente sulla commessa assegnata, senza inutili dilungamenti relativi ad argomenti marginali e di poca rilevanza. Questo valore non include allegati e appendici.

I software più comuni usati per il trattamento testi (es. Microsoft Word) includono sempre un'opzione per potere contare il numero di parole di un testo.

## 3. Il supporto

Il supporto eventualmente da allegare all'elaborato scritto, se video dovrà avere una durata massima di 3/4 minuti, se PowerPoint (o similari) una lunghezza massima di 8/9 slide. Dovrà essere inviato in allegato insieme all'elaborato conclusivo in formato scritto esportato in PDF perché non modificabile.

Il Project Work dovrà essere fatto pervenire nella sua versione definitiva via mail nei tempi stabiliti dal Direttore Didattico o non verrà considerato restituendo automaticamente zero alla valutazione dello stesso.

Dovrà poi essere consegnata una copia cartacea rilegata in modo semplice ma che eviti la perdita di alcune sue parti.

## 4. Alcuni consigli utili

1. Non bisogna dare per scontato che tutti conoscano termini o sigle specifiche che dovranno sempre essere spiegate almeno la prima volta del loro utilizzo.
2. Il testo dovrà essere diviso in capitoli (o sezioni) e paragrafi o sotto-sezioni numerati in modo gerarchico. Tutte le sezioni e le sotto-sezioni devono essere indicate in un sommario iniziale.
3. Utilizzare l'interlinea 1,5. I font suggeriti sono Arial, Times New Roman o Tahoma (dove comunque risulti chiaro lo scritto al lettore). La dimensione suggerita del carattere è 12. È consigliabile evitare eccessi di fantasia grafica, che possono produrre fatica nella lettura.
4. Le pagine devono essere stampate in formato A4, su un solo lato del foglio. Il margine sinistro deve essere scelto con cura per consentire eventuali rilegature.
5. I numeri di pagina dovrebbero essere collocati nella parte inferiore di ciascuna pagina, preferibilmente a destra. Lo standard raccomandato per la paginazione è: 4 centimetri di margine sinistro; 2 centimetri lato destro e margine alto, 3 cm. margine basso.
6. La pagina "Iniziale" dovrebbe riportare il titolo completo, il sottotitolo (se ce n'è uno), il nome e il cognome dell'autore, la denominazione per esteso del Corso, il riferimento alla Federazione Italiana Pallavolo, FIPAV Settore Formazione, la data di presentazione del progetto.
7. Gli allegati sono utilizzabili per diversi motivi, ma comunque sono materiale fuori dal testo definitivo del lavoro. Questo significa che il materiale effettivamente rilevante non deve essere messo tra gli allegati. In genere si collocano tra gli allegati i materiali più tecnici, quelli la cui lettura provocherebbe una dispersione nell'attenzione. Ancora, si potrebbe trattare di dati o tabelle molto complessi o materiale non pubblicato. Spesso conviene utilizzare più allegati, che devono essere sempre numerati e cominciare a pagina nuova.



## TABELLA DELLE VALUTAZIONI

<b>PROVE</b>	<b>ALLIEVO</b>	<b>1° GRADO</b>	<b>2°GRADO</b>
VALUTAZIONE PROVA TECNICA	20	20	
VALUTAZIONE PROVA DI CONDUZIONE	30	30	20
QUESTIONARIO FORMATIVO	10	10	10
PROGRAMMAZIONE ALLENAMENTO			5
ANALISI DELLA GARA			5
PROJECT WORK			20
VIDEO DELLE ESERCITAZIONI			
QUESTIONARIO GIORNALIERO			
PROVA ORALE	40	40	40
<b>TOTALE</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

