



**AREA SVILUPPO E FORMAZIONE**  
**Settore Tecnico**

# **CORSO NAZIONALE di FORMAZIONE PER ESPERTI in PREPARAZIONE FISICA NELLA PALLAVOLO**

**Quattordicesima Edizione**

Stagione Sportiva 2017/2018  
**BANDO DI AMMISSIONE**

*Il presente Bando contiene le norme di ammissione ed una traccia del programma didattico del quattordicesimo Corso Nazionale di Formazione per Esperti in Preparazione Fisica della Pallavolo.*

## **1. Finalità**

Il Corso mira a realizzare una formazione tecnico-pratica altamente qualificata, con l'obiettivo di "preparare" una figura di Quadro Tecnico con competenze specifiche avanzate nell'analisi del modello di prestazione e negli aspetti di supporto all'allenamento tecnico-tattico della pallavolo, legati alla preparazione fisica degli atleti per la competizione. Le competenze sviluppate nel quadro di tale formazione sono primariamente finalizzate alle esigenze specifiche delle Federazione Italiana Pallavolo.

## **2. Destinatari**

Il corso è destinato ad un massimo di 40 partecipanti (più 5 uditori). Il corso si attiverà con un minimo di 12 iscritti.

Le domande di ammissione al corso dovranno essere redatte attraverso la procedura online (vedi punto 6 del presente bando) e pervenire alla FIPAV – Settore Tecnico a mezzo e-mail ([settoretecnico@federvolley.it](mailto:settoretecnico@federvolley.it)) improrogabilmente **entro le ore 24.00 del 30 aprile 2018**.

Le domande dei candidati, in possesso dei requisiti minimi, saranno selezionate in base all'ordine di arrivo.

L'elenco dei candidati ammessi sarà pubblicato sul sito internet [www.federvolley.it](http://www.federvolley.it), nella sezione Settore Tecnico - allenatori e sarà considerata inappellabile.

### 3. Requisiti Minimi

I requisiti minimi per l'accesso al bando sono:

- a) maggiore età (18 anni già compiuti)
- b) titolo di studio valido per l'accesso all'Università
- c) qualifica di Allievo Allenatore FIPAV

In sostituzione del punto C, si potrà accedere dimostrando di possedere uno dei seguenti titoli:

1. Laurea in Scienze Motorie
2. Diploma ISEF

### 4. Periodo e Sedi di svolgimento

Il corso sarà annuale, e si articolerà nei seguenti momenti di formazione:

Primo Modulo – 14/18 Maggio 2018 – CPO Acquacetosa – Largo Giulio Onesti 1 - ROMA  
Secondo Modulo – 4/8 Giugno 2018 - c/o Hotel la Roccia - Via Marco, 53 – 38033 CAVALESE  
Terzo Modulo – 10/13 Settembre 2018 - CENTRO PAVESI – Via De Lemene 3 – MILANO  
Valutazione Finale – 13 Dicembre 2018 - Roma

### 5. Quota di partecipazione

La quota di partecipazione al corso sarà di € 2.000,00 comprensive dell'iscrizione al corso, materiali didattici, inserimento Community SDS, vitto e alloggio (in trattamento di pensione completa con sistemazione in camere doppie e triple) per i seguenti periodi:

**Primo Modulo:** IN 14/05-OUT 17/05

**Secondo Modulo:** IN 4/06-OUT 8/06

**Terzo Modulo:** IN 10/09-OUT 13/09

La quota rimane invariata anche per coloro che, Residenti, non usufruiscono dei servizi alberghieri. Sarà possibile, salvo disponibilità della struttura alberghiera, usufruire della sistemazione in camera singola pagando in contanti al momento dell'accredito di ciascun modulo (14 Maggio – 4 Giugno – 10 Settembre) un supplemento di € 250,00 per ciascun modulo.

All'atto della iscrizione dovrà essere effettuato il pagamento di una quota cauzionale pari a € 200,00 che in caso di rinuncia da parte del candidato ammesso, non sarà restituita.

La quota di partecipazione al corso per gli UDITORI sarà di € 1500,00 comprensive dell'iscrizione al corso, materiali didattici, inserimento Community SDS, vitto e alloggio (in trattamento di pensione completa con sistemazione in camere doppie e triple).

La quota sarà di € 1000,00 per coloro che, UDITORI RESIDENTI, non usufruiscono dei servizi alberghieri.

La condizione di Uditore, permette l'accesso alle lezioni del Corso, il materiale didattico e di supporto, e non prevede la discussione finale del Project Work e il rilascio della qualifica federale.

Sarà possibile, salvo disponibilità della struttura alberghiera, usufruire della sistemazione in camera singola pagando in contanti al momento dell'accredito di ciascun modulo (14 Maggio – 4 Giugno – 10 Settembre) un supplemento di € 250,00 per ciascun modulo.

Modalità di pagamento come per i partecipanti.

Si ricorda che tutti i rapporti con la struttura alberghiera verranno tenuti dal Settore Tecnico FIPAV. Eventuali richieste relative alla possibilità della sistemazione in camera singola, o altre richieste particolari, dovranno essere effettuate alla Segreteria del Settore Tecnico FIPAV.

Le spese di viaggio, saranno a carico dei partecipanti

## **6. Modalità di iscrizione e pagamento**

Il pagamento potrà essere effettuato scegliendo tra le seguenti modalità:

1) pagamento della cauzione di € 200,00 al momento dell'iscrizione e, dopo aver ricevuto la conferma di partecipazione, pagamento del saldo.

2) pagamento in unica soluzione

3) pagamento della cauzione di € 200,00 al momento dell'iscrizione e, dopo aver ricevuto la conferma di partecipazione, pagamento di n° 3 rate

4) pagamento della cauzione di € 200,00 al momento dell'iscrizione e, dopo aver ricevuto la conferma di partecipazione, pagamento di n° 1 rata e, successivamente, del saldo.

**IL SALDO DOVRÀ COMUNQUE ESSERE PAGATO ENTRO LA DATA DI INIZIO DEL PRIMO MODULO.**

I partecipanti e gli uditori, dovranno eseguire la procedura di iscrizione attraverso il portale federale [www.federvolley.it](http://www.federvolley.it). Entrare nella sezione Settore Tecnico - "tesseramento-online tecnici" - accedi al tesseramento on line tecnici.

**A. Coloro che sono già in possesso di una qualifica da Allenatore**, potranno accedere inserendo il codice fiscale e il numero di matricola nella propria pagina del tesseramento online, quindi inserire la chiave relativa all'iscrizione ai corsi, scegliere il corso cui si intende partecipare e completare il modulo elettronico proposto (RICORDARSI di SPECIFICARE LA VOCE **PARTECIPANTE**), fino alla scelta del pagamento che potrà essere effettuato esclusivamente con CARTA DI CREDITO, seguendo la procedura online.

In caso di rinuncia da parte del candidato ammesso, la cauzione non verrà restituita.

Terminata tale procedura sarà possibile stampare il modello di iscrizione completo in formato PDF, che andrà sottoscritto ed inviato alla FIPAV – Settore Tecnico a mezzo e-mail ([settoretecnico@federvolley.it](mailto:settoretecnico@federvolley.it)) improrogabilmente **entro le ore 24.00 del 30 aprile 2018.**

**B. Coloro che non sono in possesso di una qualifica da Allenatore**, potranno accedere attraverso il portale federale [www.federvolley.it](http://www.federvolley.it) alla sezione Settore Tecnico, quindi tesseramento-online tecnici ed effettuare la registrazione per l'iscrizione ai corsi, attraverso la quale verrà rilasciata una matricola **da conservare** per le ulteriori fasi del corso, quindi, scegliere il corso cui si intende partecipare e completare il modulo elettronico proposto (RICORDARSI di SPECIFICARE LA VOCE PARTECIPANTE), fino alla scelta del pagamento, che potrà essere effettuato esclusivamente con CARTA DI CREDITO, seguendo la procedura online.

In caso di rinuncia da parte del candidato ammesso, la cauzione non verrà restituita.

Terminata tale procedura sarà possibile stampare il modello di iscrizione completo in formato PDF, che andrà sottoscritto ed inviato alla FIPAV – Settore Tecnico (Via Vitorchiano, 81-87 – 00189 Roma. Tel. 06-3334.9539/19/43/40) a mezzo e-mail ([settoretecnico@federvolley.it](mailto:settoretecnico@federvolley.it)) improrogabilmente **entro le ore 24.00 del 30 aprile 2018.**

**C. Per quanto concerne gli uditori e gli uditori residenti**, al cui punto 6 del presente bando, dovranno seguire la stessa procedura di iscrizione e pagamento descritta per i partecipanti, con l'unica eccezione di specificare **la formula Uditore o Uditore residente.**

Per tutti coloro che avranno effettuato la richiesta, siano essi partecipanti, siano uditori o uditori residenti, una volta ricevuta alla scadenza del bando la conferma di iscrizione, potranno procedere al saldo della quota di partecipazione secondo quanto riportato al punto 6 del presente Bando, rientrando nella propria posizione attraverso codice fiscale e numero di matricola, quindi ripreso il corso a cui si intende partecipare procedere con il pagamento del saldo scegliendo la formula di pagamento esclusivamente con CARTA DI CREDITO, seguendo la procedura online

La conferma di partecipazione avverrà attraverso il pagamento del saldo e la successiva risposta alla comunicazione inviata via e-mail dal Settore Tecnico FIPAV relativamente all'avvenuta ammissione al corso.

## 7. Articolazione del corso e valutazione finale

Il Corso si articolerà in quattro moduli (tre di attività didattiche ed uno di valutazione finale). L'attività formativa includerà una parte di lezioni frontali ed una parte di lavori di gruppo, lavoro individuale ed esercitazioni di studio, legate alla valutazione finale. **La frequenza alle lezioni è obbligatoria.** Alla fine del corso sarà effettuata una valutazione articolata in più fasi, sulla base di questionari intermedi, un project work incentrato su una programmazione annuale di una squadra di pallavolo e un colloquio finale su un programma consegnato ai partecipanti durante il corso.

Al termine della prova di valutazione, i candidati potranno essere considerati, NON IDONEI, IDONEI, IDONEI CON PUBBLICAZIONE.

L'eventuale pubblicazione o parziale utilizzo del materiale da parte della FIPAV e della Scuola dello Sport della CONI Servizi SPA può avvenire indicando che il lavoro è stato realizzato dall'autore, senza necessità di specifica autorizzazione da parte dello stesso. Coloro che risultassero "NON IDONEI" avranno la possibilità nel corso della Stagione successiva di sostenere nuovamente la prova di valutazione finale. Sarà cura del Settore Tecnico e della Scuola dello Sport rendere note le date delle sessioni di valutazione finale.

## 8. Attestato di partecipazione

Al termine del Corso verrà rilasciato un attestato a coloro i quali avranno frequentato le lezioni e superato le prove di valutazione finale.

## 9. Corpo docente

Il Corpo Docente sarà composto da Docenti Nazionali FIPAV e Docenti ed Esperti del settore provenienti dalla Scuola dello Sport o da strutture universitarie.

## 10. Contenuti di insegnamento

I principali contenuti di insegnamento del Corso saranno:

**Ruolo, competenze e conoscenze dell'esperto in preparazione fisica della Pallavolo - Valutazione funzionale e da campo della capacità di prestazione sportiva**

- Il ruolo e la collocazione professionale del Preparatore Fisico della Pallavolo
- Le competenze generali e specifiche
- Le condizioni organizzative e operative. Il mercato del lavoro
- Le basi scientifiche ed empiriche della conoscenza
- Modelli e strutture di prestazione della Pallavolo Maschile, Femminile e Giovanile
- Il rapporto tra performance tecnico-tattica e le diverse componenti della prestazione

- La componente psicologica e i rapporti interpersonali
- Caratteristiche obiettivi e presupposti della valutazione
- Scelta e realizzazione della metodologia di valutazione
- L'utilizzo dei test di valutazione
- L'analisi e la gestione dei risultati della valutazione
- L'utilizzo dei risultati della valutazione nella programmazione dell'allenamento sportivo
- Le risorse bibliografiche, le banche dati, internet

**La costruzione delle sedute di preparazione - Le nuove competenze dell'esperto in preparazione fisica**

- La scelta dei mezzi di allenamento
- La scelta delle metodologie di allenamento
- La struttura delle sedute
- L'integrazione tra preparazione fisica e preparazione tecnico-tattica
- La gestione della preparazione fisica nel medio e nel lungo periodo
- La gestione della preparazione fisica in rapporto alle diverse fasi della stagione agonistica
- La preparazione fisica in relazione all'età, al sesso e ai livelli di qualificazione
- La gestione degli infortuni
- Il rapporto tra postura e prestazione
- Prevenzione specifica e generale
- La gestione della fase di riscaldamento e della fase di conclusione delle sedute
- Le problematiche dell'individualizzazione
- Le problematiche legate all'alimentazione
- La gestione e la scelta delle nuove tecnologie

## 11. Programma orario del Corso

Qui di seguito viene presentato il programma orario di massima del corso, che potrà essere soggetto a variazioni, che verranno tempestivamente comunicate a cura della Segreteria Didattica del Corso.

MODULO 1				MODULO 3			
14/05/2018	15/05/2018	16/05/2018	17/05/2018	10/09/2018	11/09/2018	12/09/2018	13/09/2018
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì
11,00-13,00	09,00-13,00	09,00-13,00	08,30-14,00	10,00-11,00			
14,30-18,30	14,30-18,30	14,30-18,30		11,00-13,00	9,00-13,00	09,00-13,00	09,00-13,00
		21,30-23,00		14,30-18,30	14,30-18,30	14,30-18,30	
MODULO 2					MODULO DI VALUTAZIONE FINALE		
04/06/2018	05/06/2018	06/06/2018	07/06/2018	08/06/2018	<b>Giovedì 13/12/2018</b> ORE 10,00 -11,00 Valutazione Modulo precedente DALLE ORE 11,00 ESAME FINALE		
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì			
10,00-11,00							
11,00-13,00	09,00-13,00	09,00-13,00	09,00-13,00	09,00-13,00			
14,30-18,30	14,30-18,30	14,30-18,30	14,30-18,30				

## 12. Indicazioni importanti

1. Nell'ambito del Corso saranno effettuate delle esercitazioni pratiche; **a tal proposito è richiesto un certificato medico per l'idoneità all'attività sportiva non agonistica** da presentare in copia al momento dell'accredito che verrà allegata agli atti del corso e quindi non restituita ai partecipanti.
2. Durante il Corso **non sarà autorizzato l'utilizzo di qualsiasi sistema di registrazione audio e video da parte dei partecipanti.**