

2^ CORSO PRIMO GRADO AGEVOLATO

M1	La classificazione metodologica e strutturale della pallavolo tra le varie discipline sportive	02/02	09-10	Da definire
M2	La seduta di allenamento tecnico-tattico	02/02	11-13	Da definire
M3	L'esercizio nella forma analitica, sintetica e globale per l'allenamento tecnico-tattico	15/02	09-11	Da definire
M11	Protocolli per l'allenamento della forza	15/02	11-13	Da definire
M4	Le competenze tecnico-tattiche per la costruzione delle azioni di gioco dei vari ruoli	01/03	09-11	Da definire
M5	Le competenze tecnico-tattiche, la finalizzazione tattica delle azioni di gioco dei vari ruoli	01/03	11-13	Da definire
M6	Dall'esercizio di battuta-ricezione all'allenamento del sistema di Cambio Palla	15/03	09-11	Da definire
M7	L'esercizio di attacco vs muro e l'allenamento del sistema muro	15/03	11-13	Da definire
M8	L'esercizio di difesa e alzata di ricostruzione e l'allenamento dei sistemi di difesa e contrattacco	16/03	09-11	Da definire
M9	La differenziazione metodologica tra gli esercizi di sintesi per l'allenamento del Cambio Palla e quelli per l'allenamento del Break Point	16/03	11-13	Da definire
M10	L'allenamento tecnico-tattico attraverso il gioco	22/03	09-11	Da definire
M12	La valutazione e il sistema di controllo dell'allenamento	22/03	11-13	Da definire
Nota	In neretto : TEORICO in rosso : PRATICO in verde : SPECIALE			

Nota: tutte le lezioni si svolgeranno presso “**Palestra Bruna Macelloni – via Giuseppe Grezar 19 - ROMA**” tranne la presentazione del Corso e le lezioni teoriche del giorno 02/02 con sede ancora in via di definizione