



PROGRAMMA CORSO ALLENATORI SITTING VOLLEY

ABRUZZO

7-8 Marzo 2015

Relatori	
BENITO MONTESI	Responsabile Nazionale Settore Sitting Volley
LUIGI BERTINI	Coordinatore Tecnico Nazionale Settore Sitting Volley

Sabato 7-03-2015		Docente
Aula Ore 8,00-8,30	Accredito partecipanti	
Aula 8,30-9,00	Apertura Corso	<i>Presidente C.R. FIPAV</i> BENITO MONTESI
Aula 9,00-10,45	Disabilità fisiche e classificazioni per il Sitting Volley. Indicazioni metodologiche: obiettivi, prevenzione, insegnamento e apprendimento	LUIGI BERTINI
10,45-11,00	<i>Break</i>	
Aula 11,00-12,45	Elementi caratterizzanti il Sitting Volley (postura seduta, bilanciamento, posizioni di attesa, traslocazioni). Percorso didattico. Cenni sulla preparazione fisica	LUIGI BERTINI
13,00	<i>Pranzo</i>	
Aula 14,45-15,45	Regole di Gioco del Sitting Volley e Tecnica arbitrale	BENITO MONTESI
Palestra Ore 15,45-17,15	Esercizi propedeutici al controllo della palla. Tecnica dei fondamentali del Sitting Volley: palleggio, bagher, servizio, ricezione	LUIGI BERTINI
17,15-17,30	<i>Break</i>	
Palestra 17,30-19,00	Tecnica dei fondamentali del Sitting Volley: alzata, attacco, muro, difesa Tattica di gioco nella fase "Servizio-punto" e "Muro-Ricezione-punto"	LUIGI BERTINI

Domenica 8-03-2015		Docente
Palestra 9,00-10,00	Prova scritta di valutazione	
10,30	Visione gare Torneo Sitting Volley	
12,30	<i>Conclusioni</i>	<i>BENITO MONTESI</i>
13,00	<i>Pranzo</i>	