

CURS TÈCNIC CATALÀ DE VOLEIBOL

NIVELL AVANÇAT (N2) – SETEMBRE

Organitza: Federació Catalana de Voleibol (FCVB), per mitjà de l'Escola d'Entrenadors amb la col·laboració del **BALAFIA VOLEI LLEIDA**

Quan: del 27 d'Agost al 14 de Octubre 2026 (Fins exàmens i treballs de 1a convocatòria)

Els alumnes qualificats com APTES al finalitzar el curs obtindran el títol corresponent, que els permetrà, una vegada s'hagi realitzat un any de pràctiques, la possibilitat de poder realitzar el següent nivell. Aquest títol es de caràcter federatiu.

El format del curs serà el següent:

- Les **classes teòriques es desenvoluparan online** via **TEAMS** principalment o pel **ZOOM**, en dia laboral entre les 16 a 19h, i altres de 19 a 22h. **L'assistència a les mateixes serà obligatòria** en un percentatge del 85% per a validar la part presencial del curs.
- Una vegada es faci la classe online, serà penjada per tal de que l'alumne pugui tornar-la a veure de manera asincrònica en la plataforma docent - <https://aula.fcvolei.cat/>. Per a accedir has d'entrar amb el teu numero de DNI/NIE/PASSAPORT (inscrit a ISQUAD) amb les lletres en minúscules.
- Les **classes pràctiques s'imparteixen durant el festiu divendres 11, el cap de setmana del 12 i 13, i també el cap de setmana del 19 o 20 de setembre (*3)**, amb una disposició horària orientativa de **09:00h a 20:00h**. Les classes presencials (**obligatorietat d'assistència en un 85%**) es desenvoluparan a la instal·lació esportiva corresponent. El format d'avaluació serà mitjançant exàmens i/o treballs, que al llarg de les classes presencials els mateixos professors aniran facilitant informació concreta dels seus treballs

Un cop finalitzada les **classes pràctiques**, es donarà tret de sortida per a la realització de les tasques avaluadores. Es **donarà 4 setmanes per a la seva realització i pujada a l'activitat dins de l'Aula Virtual**.

DATES

Fase	Dates	Format	Observacions
Inscripció Període 1 (Autoritzats)	Els autoritzats pendents de la temp 25/26 ja han vençut	Web	Places limitades a 30 inscripcions per rigorós ordre d'arribada
Inscripció Període 2 (Obert a Tothom)	fins 23 d'Agost	Web	Places limitades a 30 inscripcions per rigorós ordre d'arribada
Enviament documentació als alumnes	25 d'Agost	Per correu electrònic	Per part de la FCVB
Sessions teòriques online	27 de Agost a l'10 de setembre (dilluns a divendres de 16 a 22h) (*2)	Via Teams o Zoom	Assistència obligatòria del 85% c/Assignatura
Sessions pràctiques presencials	Divendres 10 i el cap de setmana del 12 i 13 setembre(9 a 20h) (*2)	Presencial (Ubicació sota)	Assistència obligatòria del 85% c/Assignatura
Entrega de treballs 1a convocatòria	Inici 14 de setembre fins al 14 de octubre (*3)	Aula virtual	30 dies després per a les correccions dels professors(*3)
Entrega de treballs 2a convocatòria (recuperació)	Després de l'enviament del correu amb les notes de la 1a convocatòria fins a 15 dies (*3)	Aula virtual	15 dies després per a les correccions dels professors(*3)
Títol provisional	A l'aprovar el curs		Acredita per entrenar
Títol definitiu	Amb 1 any de pràctiques posteriors a la finalització del curs		Acredita per Nivell 3

(*3) Les dates són estimatives, poden sofrir variacions, s'avisés per Aula Virtual i/o correu electrònic.

LLOC CLASSES PRÀCTIQUES.

Pabelló INEFC Lleida - <https://maps.app.goo.gl/41DRbBp56syjRXB7A>

- Camí de la Caparrella, 25192, 25192 Lleida

ASSIGNATURES I AVALUACIÓ (Nivell Avançat)

MINI VÒLEI (3h): Aquesta assignatura aprofundirà en el disseny i lideratge d'activitats específiques per a la promoció del vòlei en edats escolars, amb un enfocament metodològic més estructurat i orientat a l'anàlisi de progressions efectives. L'objectiu és capacitar l'entrenador/a per a desenvolupar propostes pròpies de promoció i entendre el Mini Vòlei com una eina fonamental per a la captació i iniciació de jugadors/es.

TÀCTICA (10h): L'assignatura es focalitza en el desenvolupament de la tàctica col·lectiva en contextos competitiu. Es treballaran sistemes d'atac i defensa més evolucionats, adaptats a les diferents categories de formació. L'objectiu és dotar l'entrenador/a de criteris per escollir el sistema més adequat en funció de les característiques del seu equip.

PREPARACIÓ FÍSICA (6h): S'oferiran coneixements pràctics sobre la preparació física específica en l'àmbit del vòlei: escalfaments, treball preventiu, càrrega-condició i continguts adaptats segons cicle de temporada i edat. També s'introduirà la planificació bàsica de microcicles i exercicis correctius per prevenir lesions comunes en el vòlei (genoll, espatlla, turmell, etc.).

TÈCNICA (12h): Es treballarà des d'una perspectiva pràctica l'ensenyament, correcció i perfeccionament dels gestos tècnics fonamentals (servei, recepció, col·locació, batuda de rematada, bloqueig i defensa). L'objectiu és construir una bateria d'exercicis més complexos i adaptats a la realitat del vòlei de competició, amb correccions específiques i anàlisi tècnica aplicada.

REGLAMENT (4h): Aquesta assignatura permetrà entendre el reglament amb profunditat, tant a nivell d'interpretació com d'aplicació tàctica durant la competició. S'estudiaran casos pràctics, situacions controvertides, i s'aprofundirà en aspectes com alineacions, rotacions, faltes específiques i ús del vídeo per a l'anàlisi arbitral.

HIGIENE (3h): S'abordaran pautes bàsiques d'higiene esportiva, recuperació i nutrició bàsica per a la pràctica del vòlei. També es treballarà en la prevenció de lesions des de l'hàbit saludable i els protocols d'actuació en cas d'accident esportiu dins el marc federatiu.

PLANIFICACIÓ (3h): L'entrenador/a aprendrà a estructurar una temporada completa amb tots els elements fonamentals: objectius, etapes, volums de treball i continguts per fase. També s'introduirà a la planificació de la competició, l'ús d'indicadors de rendiment i la gestió del calendari federatiu.

DIRECCIÓ D'EQUIPS (6h): Es treballarà el rol de l'entrenador dins i fora del camp. Lideratge, gestió emocional del grup, comunicació efectiva, presa de decisions i relació amb el staff tècnic, famílies i club. També s'aprofundirà en la gestió del temps dins del partit: temps morts, canvis, lectura tàctica i control emocional del col·lectiu.

PSICOLOGIA (3h): Aquesta assignatura busca dotar l'entrenador/a d'eines psicològiques per gestionar millor el rendiment individual i grupal, amb enfocament en motivació, cohesió d'equip, tractament de l'error i estratègies per a la concentració i autoconfiança.

SESSIONS(8h): Espai destinat a l'aplicació real dels continguts. Es realitzaran pràctiques supervisades en pista, amb anàlisi de la sessió, retroalimentació dels formadors i integració d'eines metodològiques.

PROTOCOL DE PREVENCIÓ DE LES VIOLÈNCIES EN L'ESPORT: El curs d'Entrenador/a de Nivell 1 inclou com a assignatura obligatòria el mòdul de **Protocol de prevenció i actuació davant les violències en l'àmbit esportiu**, d'acord amb la **Llei Orgànica 8/2021 (LOPVI)**. El mòdul es realitza en format online a través de l'**Aula Virtual** i inclou:

- Material formatiu (documents i presentació) i qüestionari d'avaluació obligatori.

La realització i superació d'aquest mòdul és requisit imprescindible per a la validació del curs i l'obtenció del títol corresponent.

AVALUACIÓ: Seran el professors/es quins triguin el tipus d'avaluació de la seva assignatura i serà comunicat a l'alumne una vegada finalitzin les classes amb les indicacions corresponents en relació als terminis de lliurament.

Normativa del Curs d'Entrenador/a Nivell Avançat (N2)

1. **Accés a la plataforma del curs:** *Quan finalitzi el període d'inscripció, rebràs un correu amb el avís del per accedir* amb el teu numero de DNI/NIE/PASSAPORT amb les lletres en minúscules a la **Plataforma Docent:** <https://aula.fcvolei.cat>. Allà trobaràs tot el material del curs (presentacions, vídeos de les classes i recursos addicionals), que s'aniran penjant un cop s'hagi fet cada classe.
2. **Assistència a les classes online:** Per seguir les classes online en directe, cal que tinguis instal·lada l'APP **TEAMS** o **ZOOM**, al teu ordinador o dispositiu mòbil. Les classes les faran els professors en directe, i podràs participar-hi fent preguntes i responent.
3. **Cap de setmana pràctic:** Durant un cap de setmana intensiu (horari orientatiu de **10:00 a 20:00 h**), es faran les **sessions pràctiques presencials**. Els professors t'explicaran com s'avaluarà cada assignatura (exàmens o treballs) i et donaran les indicacions que calgui per preparar-les.
4. **Assistència obligatòria:** Cal assistir **obligatòriament** tant a les sessions online com a les presencials:
 - A les classes pràctiques et demanarem signar un full d'assistència.
 - A les online, es controlarà qui es connecta.
 - A les presencials, **vine amb roba esportiva**, ja que hauràs de participar activament.
5. **Mínim d'assistència per ser avaluat:** Per tenir dret a fer exàmens o entregar treballs, has d'haver assistit com a mínim al **85% de les sessions presencials i al 85% de les online**.
6. **Si tens una lesió o impediment físic:** En cas de lesió o problema de salut, hauràs de portar un **informe mèdic**. Tot i això, hauràs d'assistir igualment a les sessions, encara que no puguis participar físicament.
7. **Per aprovar el curs:** Has d'aconseguir el resultat d'**APTE** a totes les assignatures, sigui en la **primera** o en la **segona convocatòria**.
 - Si **suspeses més de 2 assignatures**, hauràs de repetir el curs sencer.
 - Si **suspeses 1 o 2**, podràs recuperar-les en una següent edició del curs, pagant només la part proporcional.
 - *Aquesta recuperació haurà de ser abans que comenci la següent temporada.*
8. **Títol provisional i definitiu:** Quan aprovis el curs, obtindràs un **títol provisional**, que ja et permetrà entrenar.
Aquest es convertirà en **títol definitiu** un cop hagis completat **un any de pràctiques posteriors a la temporada de realització del curs**.
9. **Segona convocatòria:** Tens dret a una **segona oportunitat** per aprovar cada assignatura (ja sigui examen o treball). Els professors t'acompanyaran durant el procés perquè puguis preparar bé cada lliurament.
10. **POLÍTICA DE CANCEL·LACIÓ:**
Només es podrà posposar la inscripció a una altra convocatòria en els següents casos:
 - a) Per motius mèdics justificats. Cal aportar informe mèdic oficial.
 - b) Amb avís previ (mínim 72 hores abans de l'inici de la part online del curs)

* Cal enviar comunicació per escrit a formacio@fcvolei.cat

IMPORTANT: En qualsevol altre cas, es perdrà la plaça i l'import abonat, i no es garantirà la reubicació a futures convocatòries.

11. **Com ens comunicarem amb tu?** Un cop estiguis inscrit, totes les comunicacions oficials del curs (horaris, avisos, enllaços...) t'arribaran **per correu electrònic**. Revisa la safata d'entrada i també la de correu brossa (SPAM)!
12. **Suspensió del curs:** La Federació es reserva el dret de **cancel·lar el curs** si no s'arriba a un mínim d'alumnes inscrits.

INFORMACIÓ:



Tlf: 932684177 – INT: 100