Federación catalana de voleibol
C/ Jonqueres, 16, 5C - 08003 Barcelona
+34 93 268 41 77
info@fcvolei.cat

fcvolei.cat

CURS TÈCNIC CATALÀ DE VOLEIBOL NIVELL AVANÇAT (N2) – SANT CUGAT

Organitza: Federació Catalana de Voleibol (FCVb), per mitjà de l'Escola d'Entrenadors amb la col·laboració del Club Natació Terrassa

Quan: **23 de novembre al 17 de gener (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 possibilita 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 i 22 hores. **L'assistència a la mateixa serà obligatòria** en un percentatge del **85% per assignatura** tal de poder 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.

- El **cap de setmana del 05, 06, 07, i festiu del 08 de desembre**, durant dissabte, diumenge, dilluns i dimarts (festiu) es realitzen les **classes pràctiques**, amb una disposició horària orientativa de **09:00h a 19:00h.** Les classes presencials (**obligatorietat d'assistència en un 85% per assignatura**) 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 aquesta setmana de classes, es donarà tret de sortida per a la realització de les tasques avaluadores. Es **donarà 4 setmanes per a la seva realització.**
- En els casos que se suspengués algun treball com a qüestionari, tindran dret a una **2a convocatòria.**
    - En els casos dels qüestionaris, ja tindran les dates a l'aula virtual, generalment una setmana després, i en el cas dels treballs, quan es rebi el correu amb les notes de la 1a convocatòria es donaran 15 dies per a fer-ho i tornar a pujar aquest document a l'aula virtual

Federación catalana de voleibol
C/ Jonqueres, 16, 5C - 08003 Barcelona
+34 93 268 41 77
info@fcvolei.cat

fcvolei.cat

DATES

Fase	Dates	Format	Observacions
Inscripció Període 1 (Autoritzats)	30 d'octubre fins 8 de novembre	Web	Només per a Entrenadors amb Aut N2
Inscripció Període 2 (Obert a Tothom)	A partir del 10 fins al 18 de novembre 2026	Web	Places limitades a 30 inscripcions per rigorós ordre d'arribada
Recepció de documentació	20 de novembrer	Per correu electrònic	Per part de la FCVb
Sessions teòriques online	Dilluns 23 d'octubre fins al 4 de desembre (16 a 22h, horaris a confirmar)	Via Teams o Zoom	Assistència obligatòria del 85% c/Assignatura
Sessions pràctiques presencials	5, 6, 7 i 8 desembre (09 a 19h) (*2)	Presencial (Ubicació sota)	Assistència obligatòria del 85% c/Assignatura
Entrega de treballs 1a convocatòria	Inici 09 de desembre Fins al 17 de gener (*3)	Aula Virtual	30 dies després per a les correccions dels professors
Entrega de treballs 2a convocatòria (recuperació)	Inici 15 dies després de recepció correu notes 1a convocatòria	Aula Virtual	15 dies després per a les correccions dels professors
Títol provisional	A l'aprovar el curs		Acredita per entrenar
Títol definitiu	Amb 1 any de pràctiques posteriors a la finatlizacio del curs		Acredita per Nivell 3

(*3) **Les dates són estimatives, poden sofrir variacions, s'avisés per correu electrònic.**

LLOC CLASSES PRÁCTIQUES.

Pabellón Municipal Valldoreix - Carrer Brollador, 3, 08197 Sant Cugat del Vallès, Barcelona
>> https://maps.app.goo.gl/yRqmE9NSw1sJ4oFV6

Com inscriure's?

Període 1 - PRIORITAT: 30 d'octubre fins 8 de novembre.

- Només per a persones que **ja hagin abonat l'Autorització Federativa N2 (400 €).**
  - Caldrà adjuntar-ne el justificant al formulari. Sense aquest document, la inscripció no serà validada.

Període 2 – Obert a tothom: A partir del 10 fins al 18 de novembre 2026
  - (si abans no s'han esgotat les places ofertades).
- **Inscripció oberta a la resta d'interessats, sempre que quedin places disponibles.**

Places limitades a 30 alumnes.
Preu del curs: 400 €

Inscripció: Enllaç

federació catalana de voleibol

Federación catalana de voleibol
C/ Jonqueres, 16, 5C - 08003 Barcelona
+34 93 268 41 77
info@fcvolei.cat

fcvolei.cat

HORARIS(*2) / ASSIGNATURES

23 de novembre al 04 de desembre (*2)

	lunes, 23	martes, 24	miércoles, 25	jueves, 26	viernes, 27		sábado, 28	domingo, 29	
9 00 30						9 00 30			9 00 30
10 00 30						10 00 30			10 00 30
11 00 30						11 00 30			11 00 30
12 00 30						12 00 30			12 00 30
13 00 30						13 00 30			13 00 30
14 00 30						14 00 30			14 00 30
15 00 30						15 00 30			15 00 30
16 00 30			TÀCTICA	PLANIFICACIÓ	HIGIENE	16 00 30			16 00 30
17 00 30	REGLAMENT					17 00 30			17 00 30
18 00 30						18 00 30			18 00 30
19 00 30		DIRECCIÓ E.				19 00 30			19 00 30
20 00 30						20 00 30			20 00 30
21 00 30						21 00 30			21 00 30

	lunes, 30	martes, 01	miércoles, 02	jueves, 03	viernes, 04		sábado, 05	domingo, 06		lunes, 07	martes, 08
9 00 30						9 00 30	P. FÍSICA	TÈCNICA	9 00 30	TÈCNICA	TÀCTICA
10 00 30						10 00 30			10 00 30		
11 00 30						11 00 30			11 00 30		SESSIONS
12 00 30						12 00 30			12 00 30		
13 00 30						13 00 30	MENJAR	MENJAR	13 00 30	MENJAR	MENJAR
14 00 30						14 00 30	TÈCNICA	TÀCTICA	14 00 30	TÀCTICA	SESSIONS
15 00 30						15 00 30			15 00 30		
16 00 30	DIRECCIÓ E.				REGLAMENT	16 00 30			16 00 30		
17 00 30		P. FÍSICA		Mini Volei		17 00 30			17 00 30		
18 00 30			PSICOLOGIA			18 00 30			18 00 30		
19 00 30						19 00 30			19 00 30		
20 00 30						20 00 30			20 00 30		
21 00 30						21 00 30			21 00 30		

(*2) L'horari és orientatiu en relació amb la disposició de les assignatures, ja que pot variar en funció de la disponibilitat dels professors.

federació catalana de voleibol

Federación catalana de voleibol
C/ Jonqueres, 16, 5C - 08003 Barcelona
+34 93 268 41 77
info@fcvolei.cat

fcvolei.cat

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 competitius. 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.

AVALUACIÓ: seran el professors/es quins triïn 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.

federació catalana de voleibol

Federación catalana de voleibol
C/ Jonqueres, 16, 5C - 08003 Barcelona
+34 93 268 41 77
info@fcvolei.cat

fcvolei.cat

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** (https://www.microsoft.com/es-es/microsoft-teams/download-app) o **ZOOM** (https://www.zoom.us/) al teu ordinador o dispositiu mòbil.
   Les classes les faran els professors en directe, i podràs participar-hi fent preguntes i responent.
   El **primer dia** hi haurà una sessió de benvinguda on el Director del curs t'explicarà com funcionarà tot.
3. **Cap de setmana pràctic**
   Durant un cap de setmana intensiu (horari orientatiu de **10:00 a 20:00 h aproximadament**), 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. **Cancel·lacions**
    Un cop inscrits i amb el pagament fet, **no es retorna l'import del curs**. Només s'accepten ajornaments per causes molt justificades (força major).
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:

ALEJANDRO GRAVINA
Tècnic Formació FCVb
agravina@fcvolei.cat

Tlf: 932684177