



FEDERACIÓ CATALANA DE VOLEIBOL

[www.voleicat.com](http://www.voleicat.com)  
Les Jonqueres, 16 5è-C  
08003 BARCELONA  
Tel.: 93.268.41.77  
Fax: 93.268.23.36



# CURS DE TÈCNIC CATALÀ VOLEIBOL NIVELL BÀSIC SANT CUGAT – DESEMBRE 2023

La Federació Catalana de Voleibol, per mitjà de l'Escola d'Entrenadors, amb la col·laboració del CV SANT CUGAT.

## **Aquest curs es celebrarà els dies 27 de novembre al 10 de desembre de 2023**

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:

- S'obrirà la plataforma docent per a que pugueu treballar els continguts de cada assignatura de manera individual en els horaris que millor us convingui. Cal revisar els continguts i realitzar els exercicis per poder seguir les sessions online que es faran la següent setmana. Aquesta primera etapa tindrà una durada d'una setmana.
- Durant la segona setmana, es durà a terme del dilluns al divendres, les classes teòriques online via la plataforma TEAMS, entre les 19 i les 21 hores. Aquestes sessions son de manera sincrònica, que vol dir que el professor farà una sessió en directe. L'assistència a la mateixa no serà obligatòria però si es extremadament recomanable.
- Una vegada es faci la classe online, aquesta serà penjada per tal de que l'alumne pugui tornar-la a veure de manera asincrònica en la plataforma docent.
- En aquesta mateixa segona setmana, dissabte i diumenge es realitzen les classes pràctiques, amb una disposició horària orientativa de 10:00h a 19:00h. 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 la segona part, s'enviarà un correu informatiu amb el qual es donarà tret de sortida per a la realització de les tasques avaluadores. Es donarà 30 dies per a la seva realització.

Amb la col·laboració de





FEDERACIÓ CATALANA DE VOLEIBOL

[www.voleicat.com](http://www.voleicat.com)  
Les Jonqueres, 16 5è-C  
08003 BARCELONA  
Tel.: 93.268.41.77  
Fax: 93.268.23.36



## DATES

• <b>26 de juliol</b>	<b>Obertura inscripcions</b>	30 places de nivell bàsic per rigorós ordre d'arribada
• <b>10 de novembre</b>	<b>Tancament del període d'inscripció</b>	Per correu electrònic i <b>WhatsApp</b> amb les dades facilitades a la inscripció
• <b>20 de novembre</b>	<b>Enviament documentació als alumnes</b>	
• <b>27 de novembre al 03 de desembre</b>	<b>Treball individual del material didàctic</b>	<b>Plataforma docent</b>
• <b>04 al 08 de desembre</b>	<b>Classes ONLINE [veure quadre d'horaris ]</b>	<b>APP TEAMS</b>
• <b>09 i 10 de desembre</b>	<b>Classes presencials [veure quadre d'horaris ]</b>	Pavelló Municipal Valldoreix
• <b>11 de desembre</b>	<b>Enviament proves avaluació.</b>	S'enviarà per correu informació/recordatori del format d'avaluació.
• <b>08 de gener</b>	<b>Data límit d'entrega de treballs 1a convocatòria</b>	
• <b>05 de febrer</b>	<b>Comunicació notes 1a convocatòria</b>	Es farà via correu electrònic de manera individual.

## LLOC CLASSES PRÀCTIQUES.

### PAVELLÓ MUNICIPAL VALLDOREIX

Carrer Brollador, 3, 08197 Sant Cugat del Vallès, Barcelona

>> <https://goo.gl/maps/vAtzeXpA7LKRdnfb7>

Amb la col·laboració de





FEDERACIÓ CATALANA DE VOLEIBOL

www.voleicat.com  
Les Jonqueres, 16 5è-C  
08003 BARCELONA  
Tel.: 93.268.41.77  
Fax: 93.268.23.36



## Cronograma part principal del curs

L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L
20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11

Enviament  
Informació  
Previa

Treball  
individual  
Plataforma  
Docent

Enviament  
Informació  
Posterior  
per  
avaluació

## Horaris\* / Assignatures

04 al 10 de desembre

	lunes, 04	martes, 05	miércoles, 06	jueves, 07	viernes, 08	sábado, 09	domingo, 10
9 00							
9 30							
10 00						TÈCNICA	TÈCNICA
10 30						TÈCNICA	TÈCNICA
11 00						TÈCNICA	TÈCNICA
11 30						TÈCNICA	TÈCNICA
12 00						TÈCNICA	TÈCNICA
12 30						TÈCNICA	TÈCNICA
13 00						TÈCNICA	TÈCNICA
13 30						TÈCNICA	TÈCNICA
14 00						MENJAR	
14 30							
15 00						TÀCTICA	MINIVOLEI
15 30						TÀCTICA	MINIVOLEI
16 00						TÀCTICA	MINIVOLEI
16 30						TÀCTICA	MINIVOLEI
17 00						TÀCTICA	MINIVOLEI
17 30						TÀCTICA	MINIVOLEI
18 00						TÀCTICA	
18 30						TÀCTICA	
19 00	PREPARACIÓ FÍSICA	TÀCTICA	PSICOLOGIA	PLANIFICACIÓ	PLANIFICACIÓ		
19 30	PREPARACIÓ FÍSICA	TÀCTICA	PSICOLOGIA	PLANIFICACIÓ	PLANIFICACIÓ		
20 00	PREPARACIÓ FÍSICA	TÀCTICA	PSICOLOGIA	PLANIFICACIÓ	MINIVOLEI		
20 30	PREPARACIÓ FÍSICA	TÀCTICA	PSICOLOGIA	PLANIFICACIÓ	MINIVOLEI		
21 00							
21 30							

\*l'horari és orientatiu en relació a la disposició de les assignatures ja que pot variar en funció de la disponibilitat dels professors.

Amb la col·laboració de





FEDERACIÓ CATALANA DE VOLEIBOL

[www.voleicat.com](http://www.voleicat.com)  
Les Jonqueres, 16 5è-C  
08003 BARCELONA  
Tel.: 93.268.41.77  
Fax: 93.268.23.36



# INSCRIPCIÓ

Import: **180€**

>> <https://inscripcions.fcvolei.cat/convocatoria/524f0>

**<<NOTA IMPORTANT>>** una vegada t'has registrat com usuari has d'esperar a rebre un correu per tal de confirmar la teva compta; si intentes fer la inscripció abans de validar el correu et donarà error.

**LES PLACES DISPONIBLES ESTAN LIMITADES A 30 PER AQUEST CURS I SERAN COBERTES PER RIGORÓS ORDRE D'ARRIBADA I CONFIRMACIÓ. HAS DE REBRE UN MAIL DE CONFIRMACIÓ. SENSE AQUEST, LA PLAÇA NO QUEDA RESERVADA I PER TANT ÉS COM SI NO ESTIGUESSIS INSCRIT.**

**La data límit d'inscripció (si abans no s'han esgotat les places ofertades) serà el dijous 10 de novembre de 2023.**

## ENTRENADORS/ES AMB AUTORITZACIÓ FEDERATIVA DE NIVELL BÀSIC

És obligatòria la inscripció en aquest o altre curs de la temporada 2023-24 curs per a els/les entrenadors/es amb autorització federativa

Qualsevol entrenador autoritzat que no faci cap curs durant la temporada perdrà l'autorització i l'import abonat per la mateixa.

Amb la col·laboració de





FEDERACIÓ CATALANA DE VOLEIBOL

[www.voleicat.com](http://www.voleicat.com)  
Les Jonqueres, 16 5è-C  
08003 BARCELONA  
Tel.: 93.268.41.77  
Fax: 93.268.23.36



## CONTINGUTS ASSIGNATURES I AVALUACIÓ

**MINI VÒLEI:** dintre d'aquesta assignatura es tractaran noves metodologies i adaptacions tècniques/reglamentaries per tal de poder jugar al vòlei des dels 6 anys. A més, a l'hora de desenvolupar aquestes progressions s'aniran introduint conceptes de tècnica i tàctica bàsics, és a dir, que aquesta assignatura engloba gran part de les denominades: Mini vòlei, teoria de la Tècnica i Tàctica bàsica.

**TÀCTICA COL·LECTIVA:** dintre d'aquesta assignatura es tractarà d'explicar els diferents sistemes d'atac i defensa des dels més bàsics i adequats per a utilitzar a les categories d'iniciació i primeres etapes de desenvolupament.

**PREPARACIÓ FÍSICA:** l'objectiu es donar-vos eines de treball per tal d'incidir en aspectes de prevenció de lesions.

**TÈCNICA:** serà una assignatura totalment pràctica amb l'objectiu de donar-vos una bateria d'exercicis que us siguin útils i aplicables per als vostres entrenaments. Es a dir, no es tracta de la teoria dels moviments més eficaços (aquest tema es tractarà més en mini vòlei) sinó de progressions d'exercicis per tal de treballar la tècnica.

**REGLAMENT:** l'objectiu es que l'entrenador pugui utilitzar i interpretar el reglament per tal de treure-li partida durant els partits.

**PSICOLOGIA:** l'objectiu es donar eines a l'entrenador per tal que pugui gestionar millor als seus jugadors/es de manera individual i col·lectiva.

**PLANIFICACIÓ:** aquest és un bloc que conté conceptes de planificació, metodologia i direcció d'equip bàsics. L'objectiu serà que l'entrenador/a pugui fer una planificació bàsica de la seva temporada, sàpiga preparar de manera correcta les seves sessions i també aprendre conceptes de direcció a l'hora d'actuar durant les diferents parts d'un partit (abans del partit, canvi, temps morts...).

**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.

**IMPORTANT!!** >> Dintre d'aquesta part pràctica, en relació a l'assignatura de MINIVOLEI tots el alumnes haureu de participar en una de les trobades ofertades per la FCVb o trobades homologades per la mateixa, amb l'objectiu de poder participar directament en un esdeveniment de promoció i tenir un model a l'hora de realitzar accions de promoció als vostres clubs/entitats. S'ha de tenir en compte que aquesta activitat es desenvolupa normalment al mesos de de març-abril de cadascuna de les temporades en dies laborables on la FCVb por emetre justificants obligatoris d'assistència als alumnes, si s'escau. L'alumne/a pot exercir com a entrenador ja des de abans de fer aquesta part complementaria del curs; en el cas de que no es faci la FCVb podrà cancel·lar la titulació provisional. Aquesta informació serà enviada pel Responsable dels Cursos una vegada s'hagin celebrat les classes presencials.

Amb la col·laboració de





## NORMATIVA DEL CURS

1. Una vegada finalitzi el termini d'inscripció es farà arribar l'enllaç per tal de poder accedir a la plataforma docent on podrà trobar tota la informació del curs. Allà podrà trobar tot el material de les diferents assignatures que es realitzen durant el curs, així com el vídeos de les mateixes i altres materials de suport.
2. Per poder assistir a les classes ONLINE l'alumne ha de tenir instal·lat al seu ordinador o similar l'APP TEAMS. El professor impartirà la classe en directe i l'alumne podrà interactuar amb el professor i fer-li les preguntes oportunes. El primer dia de classe es farà la presentació del curs per part del Director on s'explicarà el funcionament de les classes online.
3. En cas necessari cada alumne té dret a una segona convocatòria per cada assignatura, tant si aquesta s'avalua mitjançant examen o mitjançant treball per blocs d'assignatures. El treball s'aniran desenvolupant amb el suport dels diferents professors/es.
4. Degut a que les classes presencials són de caire pràctic és obligatori assistir amb roba esportiva per tal de poder participar en les sessions.
5. Per poder ser avaluat, és necessari assistir a un mínim del 85% de les classes presencials. (Aquest punt té rellevància pel fet de poder desenvolupar els 2 dies de sessions pràctiques amb la qualitat que es mereixen). La participació en partits (encara que siguin oficials) NO ÉS causa de força major per a la no assistència al curs.
6. En cas de lesió o impediment físic per participar de manera activa a les classes pràctiques, caldrà presentar informe mèdic i assistir amb els mateixos requisits anteriorment fixats.
7. Per tal de poder superar el curs d'entrenador, en la cas del NIVELL BÀSIC, és necessari:
  - a. Obtenir la qualificació d'APTE a tots els blocs d'assignatures en 1a o 2a convocatòria.
  - b. L'alumne declarat NO APTE en 2a convocatòria, haurà de tornar a fer el curs íntegrament si suspèn més de 2 assignatures. En el cas que en siguin 2 o menys, podrà realitzar sols les suspeses en cursos posteriors pagant la part proporcional d'aquella assignatura suspesa. Sempre i quan es realitzi abans d'iniciar la següent temporada.
  - c. Participar en una activitat de promoció proposada per la FCVb amb dades concretes al llarg de la temporada vigent.
8. Una vegada s'hagi superat el curs d'entrenador Bàsic s'obtindrà un títol provisional (el títol ja es vàlid amb la necessitat de complir amb el requisits marcats més endavant) que passarà a ser definitiu (permet realitzar el nivell següent) una vegada s'hagi realitzat un any de pràctiques i s'hagi fet l'activitat de promoció en relació a la assignatura de Minivòlei.
9. Si finalment un alumne inscrit al curs no el realitza, una vegada feta i abonada la inscripció, la FCVb no se li retornarà l'import de la mateixa. Només pot ser ajornada la realització del curs amb motiu de causes de força major.
10. Les eines oficials de comunicació amb els alumnes per part del Director, una vegada sigui admesa la seva inscripció, seran el correu electrònic i l'aplicació **WhatsApp**. **Per tot això, l'alumne/a ha de facilitar de manera obligatòria un telèfon mòbil a l'hora de fer la seva inscripció.** Aquest telèfon, ha de tenir operativa l'aplicació **WhatsApp** per tal d'evitar problemes en relació als possibles problemes d'arribada del correus electrònics.
11. La Federació Catalana de Voleibol es reserva el dret de suspendre l'activitat en el cas de que no hi hagi un mínim d'inscripcions.

## INFORMACIÓ:



Tif: 932684177 // 685100075

Amb la col·laboració de

