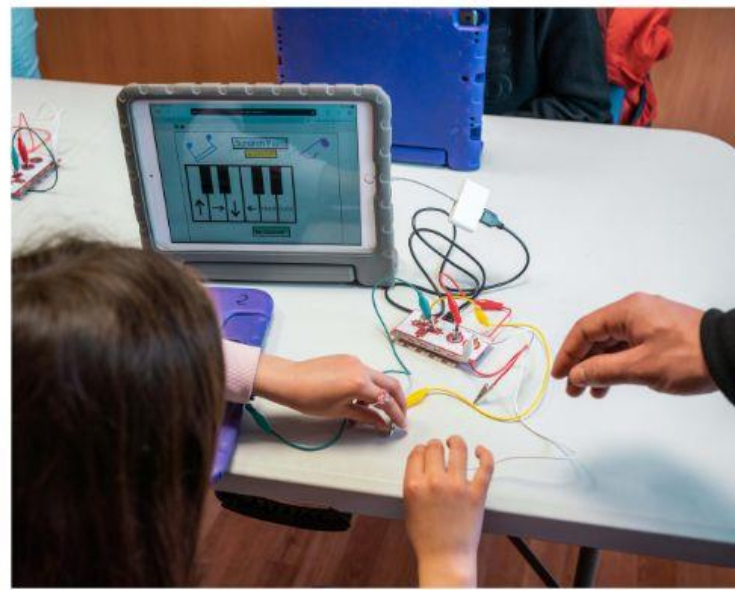


PROGRAMACIÓ 2023-24

ACTIVITATS EXTRA LECTIVES



OBJECTIUS GENERALS VOLEIBOL 3r_4rt Primària

1. Introduir als infants en l'especialitat esportiva del vòlei
2. Preparació orgànica i funcional general que permeti suportar en el futur, les càrregues d'entrenament del propi esport
3. Preparació física, tant general com específica, enfocada al vòlei
4. Desenvolupament tècnic específic
5. Desenvolupament tàctic especialitzat
6. Primer contacte estructurat amb l'activitat competitiva
7. Prioritzar la vessant pedagògica a la competitiva
8. Afavorir la participació vers el rendiment

OBJECTIUS ESPECÍFICS DEL GRUP

1. Adquisició d'un control motriu i corporal previ a l'acció de colpeig amb la pilota
2. Evolució i millora dels diferents tipus de colpeig (dits i avantbraç)
3. Aprenentatge i pràctica dels diferents elements tècnics específics (recepció, col·locació, rematada, servei i bloqueig)
4. Introducció a la vessant tàctica específica (reglament, funcionament de la rotació i infraccions)
5. Fase d'activació mitjançant el component lúdic sense deixar de banda els estiraments i la mobilitat articular
6. Posada en pràctica dels aprenentatges i les millores tècnico-tàctiques en situació de competició i joc reduït
7. Mostrar-se respectuós envers la normativa de l'esport, companys/es i espai en que s'hi practica