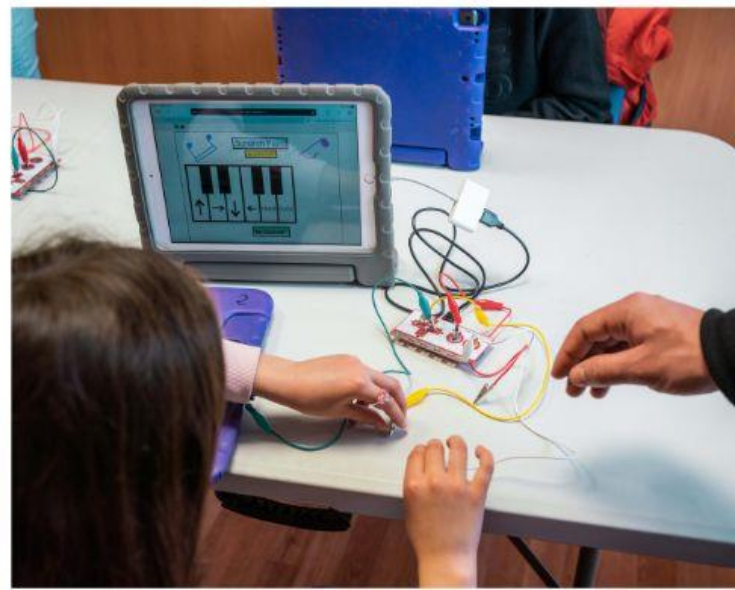


PROGRAMACIÓ 2023-24

ACTIVITATS EXTRA LECTIVES



OBJECTIUS GENERALS VOLEIBOL INFANTIL C

- Fomentar el treball en equip i reforçar les relacions interpersonals entre les jugadores.
- Desenvolupar habilitats tècniques i tàctiques pròpies del voleibol
- Inculcar valors propis de l'esport com el respecte, la disciplina i la cooperació.
- Promoure el creixement personal de les jugadores, tant en aspectes físics com en aspectes emocionals.

OBJECTIUS ESPECÍFICS DEL GRUP

- Perfeccionar servei de baix i assolir el servei de dalt a final de temporada
- Ensenyar estratègies tàctiques com canvis de posició, recolzaments, sistema defensiu, bloquejos...
- Incrementar la resistència física i la velocitat de moviment
- Desenvolupar la comunicació dins del camp
- Fomentar l'autoconfiança de les jugadores i potenciar la seva millor versió
- Treballar la gestió emocional (frustració) i millorar l'afrontament en moments crítics