



CASAL ESPECIALITAT FUTBOL

HORARI D'EXEMPLE MATINS

Els horaris i tipus d'activitats de cada grup es defineixen segons l'edat dels Infants (en funció dels continguts i objectius) i del volum total del casal (per adaptar-ne l'organització d'espais).

Un dels aspectes a tenir en compte és **el temps d'exposició al sol**. Per això, diàriament programem una activitat que permeti trencar l'exposició continuada al sol.

A la **reunió telemàtica del dimarts 20 de juny** explicarem amb més detall el programa i resoldrem tots els dubtes que pugui haver-hi.

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:00 09:45	Tècnica individual ----- Específic porters	Tècnica individual ----- Específic porters	Tècnica individual ----- Específic porters	Habilitat (pràctica i concursos)	A C T I V I T A D E L S D I V E N D R E S
09:45 10:30	Natació	Tècnica individual i tasques globals	Tasques globals	Tasques globals	
10:30 11:00	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	
11:00 11:45	Competició lúdica de futbol	Pàdel/Parc Multi aventura	Tasques globals	Competició lúdica de futbol	
11:45 12:30	Jocs d'aigua*	Pàdel/Parc Multi aventura	Activitat grupal CM i LL	Activitat grupal CM i LL	
12:30 13:00	Recollida material i dutxes	Recollida material i dutxes	Recollida material i dutxes	Recollida material i dutxes	

**Els jocs d'aigua es realitzaran en el cas de no tenir indicacions que recomanin no fer-ne ús*

HORARI TARDES

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
13:30 15:00	DINAR (2 TORNS)	DINAR (2 TORNS)	DINAR (2 TORNS)	DINAR (2 TORNS)	DINAR (2 TORNS)
15:00 15:15	DESCANS	DESCANS	DESCANS	DESCANS	DESCANS
15:15 16:15	A ESCENA!	IOGA I RELAXACIÓ	CUINEM!	CINEMA FUNDACIÓ I	CINEMA FUNDACIÓ II
16:15 16:45	TEMPS DE JOC	TEMPS DE JOC	TEMPS DE JOC	TEMPS DE JOC	TEMPS DE JOC
16:45 17:00	RECOLLIDA I ENTREGA	RECOLLIDA I ENTREGA	RECOLLIDA I ENTREGA	RECOLLIDA I ENTREGA	RECOLLIDA I ENTREGA

INTRODUCCIÓ

A QUI VA DIRIGIT I COM ESTÀ ORIENTAT

El casal de tecnificació en futbol està dirigit a aquells jugadors i jugadores que volen perfeccionar les seves capacitats tècniques individuals i, alhora, que vulguin vincular aquestes capacitats a conceptes que són necessaris per a la resolució de situacions en el context del joc del futbol. A banda de potenciar l'aspecte tècnic de manera més analítica proposem també tasques que provoquen situacions on el jugador/a ha d'aplicar els conceptes de joc (i, per tant, prendre decisions per resoldre les situacions).

A més a més considerem que la formació en aquestes etapes també ha de considerar a l'infant en la seva vessant personal i formativa en un sentit ampli. Per això, entenem que, a banda de les activitats pròpies del futbol, hem de fer propostes que fomentin la interacció social, el joc, la cooperació... en contextos diferents al del futbol.

GRUPS

Els grups s'organitzen per franges d'edat i en funció del volum d'infants. Tot i això, en moments puntuals, es poden barrejar grups per realitzar activitats més amples.

Pel que fa a la **programació** de l'activitat els grups s'acullen a les pautes generals marcades en funció de la franja d'edat (**i que poden variar en els diferents casals**), adaptant després les activitats concretes a cada grup en funció de diferents criteris d'adaptació i observació, valorant les diferents capacitats i necessitats dels infants i del grup (cognitives, coordinatives, volitives, socio-afectives...).

**Si el context es l'adequat es pot donar el cas de que alguns infants facin tasques en grups diferents al de la seva edat*



ACTIVITATS FUTBOL

Pel que fa a la **programació** de les activitats es realitza una planificació en funció de la franja d'edat i dels objectius a assolir segons els continguts a desenvolupar.

A partir d'aquí escollim les tasques en funció de criteris de progressió i adequació per adaptar-los al nivell-grup, fent les variacions necessàries a partir de l'observació de l'evolució-resposta del grup i valorant, alhora, les diferents capacitats i necessitats dels infants i del grup (cognitives, coordinatives, volitives, socio-afectives...).

A nivell horari proposem una classificació simple de les activitats que, com hem dit, aniran supeditades als aspectes que hem comentat abans.

❖ HABILITAT

Són tasques que van des de la progressió en els clàssics tocs com a principi bàsic de domini de la pilota fins a jocs col·lectius o accions acrobàtiques que permeten desenvolupar aspectes més creatius i de joc.

L'objectiu general és augmentar el nivell de domini i control sobre la pilota i relacionar la millora individual amb l'autoafirmació que després ha de fomentar la confiança alhora de jugar (joc).

Els entrenadors/es adaptaran els objectius de millora a cada jugador/a per assolir millores en el seu domini de la pilota. Aspectes que després poden intentar evolucionar fora del casal.

❖ TÈCNICA

En aquest apartat introduïm les tasques enfocades a millorar els continguts tècnics. Com hem dit, segons l'edat dels jugadors/es seleccionem els continguts a desenvolupar i ens marquem objectius específics en funció de cada contingut i nivell:

Conducció	Regat	Protecció	Passada	Control
Tir	Remat	Entrada	Temporització	Marcatge

L'objectiu general és que els jugadors/es adquireixin un major grau de domini tècnic del contingut i siguin capaços de millorar, a través de les consignes i correccions dels entrenadors/es, les execucions de les accions.

En aquest cas les tasques promouen diferents aspectes per potenciar la millora però també busquem fer-ho atractiu en funció de l'edat dels participants. Elements que tenim en compte:

1. Per als més petits el joc és un element important que ens permet introduir els continguts tècnics.
2. Busquem maximitzar les repeticions sense perdre el nivell qualitatiu.
3. Donem importància a l'acció en sí mateixa per identificar les mancances en l'execució per part de cada jugador/a.
4. La progressió de les tasques significa augment de dificultat en l'execució tècnica i dels elements organitzatius.

5. Progressivament s'introdueixen elements perceptius i conceptuals que ens ajuden a la resolució de situacions de joc amb oposició real.

❖ TASQUES GLOBALS I PARTITS

En aquest cas proposarem tasques on l'aplicació tècnica es posi en pràctica en situacions on una oposició real obligui al jugador/a prendre decisions. Per això, les tasques que aquí farem tindran l'estructura de:

Rondos Jocs de posició Onades Partits condicionats

Tornejos (amb diferents puntuacions que fomentin aspectes col·lectius tant del joc com a nivell socio-afectiu).

❖ ENTRENAMENT ESPECÍFIC DE PORTERS

Durant la primera franja del matí disposem d'un entrenament de tecnificació específic per a porters amb l'objectiu de continuar perfeccionant les capacitats tècniques i posant en pràctica aspectes bàsics del joc del porter.

❖ TROBADES AMB ALTRES CASALS

S'organitzarà una o varies trobades amb altres casals on realitzarem diferents partits i podrem conèixer companys i companyes nous.

❖ ACTIVITATS ALTERNATIVES – Activitat CM i LL

En aquesta franja realitzarem tasques alternatives com les que podeu trobar al dossier del Casal Multiesportiu i de Lleure (CM i LL) i amb l'objectiu que hem explicat a la introducció d'aquest dossier.

ACTIVITATS DE TARDA

❖ A ESCENA!

Els diferents dilluns proposarem activitats en grup on posar a prova la nostra capacitat interpretativa en diferents contextos i fomentant el treball en equip

❖ IOGA I RELAXACIÓ

Activitat on aplicarem alguns mètodes senzills per facilitar moments de tranquil·litat i relaxació

❖ CUINEM!

Hem seleccionat receptes molt divertides, creatives i amb l'ajuda de les arts plàstiques.

❖ CINEMA FUNDACIÓ

Els dijous i divendres acabarem de manera pausada la setmana amb una peli per a tots els públics

❖ TEMPS DE JOC

Serà el temps que donarem per poder jugar de manera relaxada i lliure en espais on hi tenim ombra i amb els materials esportius i jocs dels que disposem

ACTIVITAT DELS DIVENDRES

Divendres 30 de juny i divendres 21 de juliol – PLATJA

Platja Castelldefels (autocar)



Divendres 07 de juliol – POBLE ESPANYOL

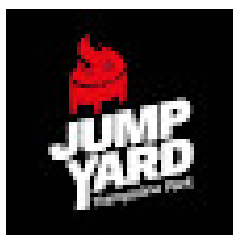
Activitats-tallers dirigits per la secció educativa del Poble Espanyol segons edat:

Pintem una piruleta de ceràmica; Festa major; Cursa d'orientació; Coneixem el poble



Divendres 14 de juliol – JUMP YARD I SALTING HOSPITALET

Jump Yard per als més grans i Salting Hospitalet per als més petits (autocar)



Divendres 28 de juliol – FESTA DE CLOENDA

Com sempre tanquem el casal amb una gran festa de cloenda!



ALTRES ACTIVITATS I COL·LABORACIONS

Activitats setmanals externes: Natació, Pàdel, Parc multi aventura



Material de préstec esportiu i sensibilitzador



**Diputació
Barcelona**

Amb la col.laboració de l'Ajuntament de L'Hospitalet i l'ús del Centre Civic Plaça Europa



APROXIMACIÓ GENERAL ALS CASALS DE LA FUNDACIÓ

A la Fundació Esportiva L'Hospitalet Atlètic portem molts anys organitzant casals (de primavera, estiu i setembre), els quals hem viscut de manera gratificant tant a nivell d'experiència com de nombre de participants. Per nosaltres els casals són una gran oportunitat per seguir fomentant l'esport i els hàbits saludables en els infants. I és que, a banda de salut, l'esport i els jocs esportius són una eina que fomenta la cohesió social i el benestar emocional, permetent desenvolupar també valors fonamentals com el fet de compartir, el respecte, la tolerància o la inclusió. Per això, sempre des de dins ens exigim generar un context on regni el bon ambient i la companyonia.

I és que aquest és el motor de les persones que portem aquest projecte endavant. Tots aquests anys ens han servit per crear un grup de treball ben avingut que vol transmetre aquesta mateixa il·lusió als infants que hi participen. Per la nostra formació (titulats en Ciències de l'activitat física i l'esport, Tècnics en animació d'activitats físiques i esportives, entrenadors titulats UEFA A) els nostres casals tenen orientació plenament esportiva, tant en la especialització en el futbol com en les activitats enfocades al lleure esportiu.

Per això oferim dues modalitats de casals diferenciades i disposem d'una instal·lació totalment condicionada i amb els materials necessaris per la pràctica de l'esport i l'activitat física, diferents sales on realitzar activitats alternatives, espais propers on desenvolupar jocs a l'aire lliure i altres instal·lacions municipals com el centre cívic de la Plaça Europa o el Poliesportiu Municipal Gornal on fem l'activitat de piscina amb els seus monitors i monitores especialistes en el medi aquàtic.

A banda d'això entenem que els casals també han de diversificar les propostes i, per això, durant la setmana gaudim d'excursions a l'exterior amb activitats programades o d'altres activitats no tant enfocades a l'activitat física però sí a la cohesió de grup, amb la intenció de fomentar els valors abans indicats i per desenvolupar alhora altres habilitats en els infants.

Al Casal de **TECNIFICACIÓ EN FUTBOL** posem a l'abast dels jugadors i jugadores la nostra formació i la nostra experiència gestionant una entitat esportiva com a club de futbol. Any rere any cerquem noves fórmules i materials per potenciar l'aprenentatge dels jugadors i jugadores. Del nostre dia a dia al club, aprenem com arribar millor a les necessitats del jugador o jugadora en funció de la seva edat i de les seves demandes, adaptant-hi els continguts i els mètodes per tal de proporcionar una progressió i formació plenes a tots els nivells per trobar un equilibri entre la formació esportiva i la personal. El futbol és una passió que s'ha de viure, gaudir i compartir. A la Fundació hi trobareu un lloc on compartir aquesta passió!



OBJECTIUS GENERALS

Entenem també que l'activitat esportiva comporta complir altres objectius generals que són transversals per a una entitat de l'esport de formació:

- Potenciar l'esport i l'activitat física com a hàbit saludable i vinculat a una experiència personal lúdica i compartida
- Fomentar el desenvolupament motriu, cognitiu i emocional mitjançant l'eina del joc
- Desenvolupar habilitats i destreses a partir de l'autoconeixement del propi cos i del domini i la convivència amb els mitjans que ens envolten
- Transmetre que l'esport és sempre una oportunitat, des de la vessant de l'aprenentatge, de tenir la voluntat de voler fer-ho bé i progressar
- Crear espais, moments i activitats d'interrelació social on fomentar la cooperació, l'espontaneïtat, l'autogestió i la participació sempre en un context basat en valors de respecte, educació, inclusió i tolerància
- Inculcar valors relacionats amb la cura i el valor dels materials utilitzats, mantenir les instal·lacions netes entenent que són espais comuns i col·laborar en els moments requerits en l'organització i dinamització de les activitats.
- Fomentar les relacions socials que ens proporcionen els esports col·lectius i l'interès comú per l'esport

Tots i totes fem Fundació!

