

MICROCURS DE INICIACIÓ A L'HANDBOL

Aquest curs s'emmarca en les activitats que es duen a terme a Sabadell amb motiu de la seva designació com a Ciutat Handbolicat.

Es tracta d'una acció formativa de 15 hores adreçada a totes aquelles persones que han acreditat la seva suficiència en el curs de voluntari de l'esport escolar en iniciació al joc i l'esport de 2011 o en els cursos de monitor d'iniciació al joc i l'esport en edat escolar d'anys anteriors.

Titulació

Els alumnes que superin el microkurs obtindran la titulació del Seminari Bàsic d'Handbol

Dates

desembre	28 i 29	De 19 a 22 hores
gener	2, 3 i 4	

IMPORTANT!

- Places limitades. S'ocuparan segons ordre d'inscripció.
- En cas de quedar places s'acceptaran inscripcions fins el dia 20 de desembre.
- Edat mínima per a la realització del curs: 16 anys complerts en el moment de finalitzar el curs.
- Els cursos es duen a terme amb un mínim d'inscrits.
- No s'acceptarà l'anul·lació ni devolució del import de la inscripció del curs 48 hores abans del seu inici.

Lloc de realització

Complex Esportiu Sant Oleguer (Camí de Can Quadres, 179. Sabadell)

Durada

15 hores, de les quals 8 teòriques i 7 pràctiques

Preu

25 euros

Professorat del curs

Llicenciats en Educació Física i Entrenadors Nacionals d'Handbol



Ajuntament
de Sabadell



FEDERACIÓ CATALANA D'HANDBOL



CONSELL ESPORTIU VALLÈS OCCIDENTAL · SABADELL

Continguts del microcurs

1. Introducció
2. Factors que conformen l'handbol
3. Elements que afecten l'estructura funcional de l'handbol
4. El reglament
5. Representació gràfica
6. El programa de iniciació a l'handbol
 - Etapa 1 – La pilota és el centre d'atenció
 - Etapa 2 – Guanyar terreny multidireccionalment
 - Etapa 3 – Guanyar terreny orientadament
 - Etapa 4 – Joc amb intencions
 - Etapa 5 – La defensa individual a mitja pista
 - Etapa 6 – La defensa 3:3

Documentació a presentar

- Full inscripció degudament omplert (el podeu trobar a www.consellsabadell.cat)
- Fotocòpia del DNI
- Certificat de suficiència en el curs de voluntari de l'esport escolar en iniciació al joc i l'esport de 2011 o en els cursos de monitor d'iniciació al joc i l'esport en edat escolar d'anys anteriors.
- Menors de 18 anys autorització del pare, mare o tutor (el podeu trobar a www.consellsabadell.cat)

Informació i inscripcions a partir del 21 de novembre:

A la seu del Consell Esportiu Sabadell - Pista Coberta de Catalunya
Camí de Can Quadres, 190 Sabadell

consell.esportiu@ajsabadell.cat

www.consellsabadell.cat

Horari: Matins de 9 a 14h

Tardes de dilluns a divendres 17 a 20h. Dimecres tarda tancat.

