

PLANIFICACIÓ BLOC ESPECÍFIC CICLES EERE MENORCA 2020-21

PLA DE FORMACIÓ BLOC ESPECÍFIC NIVELL 1 (CICLE INICIAL)

MÒDUL	HORES P.	HORES NP.	Ex.	t	T
FORMACIÓ DEL JUGADOR EN ETAPES INICIALS					41
RA1 Capacitat de joc	6	8	1		15
RA2 Habilitats ofensives	6	6	1		13
RA3 Habilitats defensives	6	6	1		13
DIRECCIÓ D'EQUIP EN LES ETAPES INICIALS					20
RA1 Direcció d'equip	4	2	1		7
RA2 Direcció de partit	2	1	0		3
RA3 Observació del joc	2	2	0		4
RA4 Regles de joc	4	1	1		6
ENSENYAMENT DEL BÀSQUET					35
RA1 Planificació	5	5	1		11
RA2 Tècnica d'entrenament	5	4	1		10
RA3 Riscos	6	7	1		14
TÀCTICA D'ATAC I DEFENSA A LES ETAPES INICIALS					22
RA1 Dinàmic	4	3	1		8
RA2 Individual	3	3	1		7
RA3 Espais	3	3	1		7
	56	51	11		118
Xerrada "Simbologia del bàsquet"					1
Xerrada "L'oficial de taula"					1
Tutories					4

CICLE INICIAL N1	NOVEMBRE 2020			DESEMBRE 2020						
	27 Dv	28 Ds	29 Dm	4 Dv	5 Ds	6 Dm	8 Dll	11 Dv	12 Ds	13 Dm
MATÍ										
9-10h										
10-11h					CAP JOC	CAP JOC	HAB OF		TÀC ESP	HAB DEF
11-12h			TEC ENT							
12-13h					HAB OF				OBS JOC	
13-14h							TUTORIA			
CAPVESPRE										
16-17h										HAB DEF
17-18h	REG. I SIMBOL..	PLANIF		DIR EQ				TÀC DIN		TUTORIA
18-19h										
19-20h										
20-21h				TUTORIA						
Poble	Maó	Maó	Ciutadella	Alaior	Maó	Maó	Maó	Alaior	Ferreries	Maó

CICLE INICIAL N1	DESEMBRE 2020				GENER 2021					
	18 Dv	19 Ds	20 Dm	27 Dm	2 Ds	3 Dm	8 Dv	9 Ds	10 Dm	17
MATÍ										
9-10h			RISCOS	EXÀMENS 1a CONV	EXÀMENS 1a CONV	EXÀMENS 1a CONV	EXÀMENS 2a CONV	EXÀMENS 2a CONV	EXÀMENS 2a CONV	Data límit revisió
10-11h										
11-12h			X OF TAU							
12-13h			TUTORIA							
13-14h			CLOENDA							
CAPVESPRE										
16-17h	DIR PART									
17-18h		RISCOS								
18-19h										
19-20h	TÀC IND									
20-21h										
Poble	Maó	Maó	Maó	Maó	Maó	Maó	Maó	Maó	Maó	

*Aquesta proposta és flexible i pot patir alguna modificació en benefici del grup d'alumnes inscrits.