

FUTBOL SALA



Adreçat a nens i nenes de 3r a 6è
Entrenament 1 o 2 dies setmana i dissabte partit

Què treballem ?

- Aconseguir un domini corporal harmònic i una millora de la condició física.
- Conèixer el propi cos i les possibilitats de moviment que té.
- Valorar i gaudir de l'activitat, buscant el benestar físic i mental
- Conèixer el futbol de forma pràctica, identificant i utilitzant les habilitats i destreses d'aquest esport.
- Aconseguir un bon nivell de cooperació i organització col·lectiva entre els nens i nenes de l'equip, i de l'equip contrari.
- Aprendre a compartir, col·laborar i feina en equip

METODOLOGIA DE TREBALL:

- Escalfament per posar a to la musculatura, articulacions... en definitiva el cos
- Preparació tècnica i tàctica
- Aprenentatge de les normes bàsiques
- Aprendre a fintar, esquivar al contrari...
- Fer un partidet final.