

HANDBOL



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

Introducció

La filosofia dels JEE planteja l'handbol com a complement formatiu mitjançant l'esport, desenvolupant bàsicament habilitats basades en el domini de la pilota mitjançant els jocs reduïts i els valors associats a la cooperació en esport col·lectius.

Objectius

Transmetre valors i hàbits esportius.

Iniciar la pràctica d'aquest esport col·lectiu. Donar qualitat en servei i formació a l'estructura de l'handbol en els JEE de Sant Cugat del Vallès.

La competició és una eina més d'esforç i superació individual, on tots els nens/es han de poder participar i gaudir de l'esport.

Continguts

Motors : Desenvolupament de les HMB i CPM mitjançant l'handbol.

Tècnics: El desenvolupament del joc de l'handbol fa obligatòriament necessària una bona adaptació i un correcte maneig de la pilota. Es treballa principalment el bot, la passada, la recepció i el llançament.

Tàctics: Aprenentatge de conceptes bàsics pel de l'esport com; defensa individual/zonal, atac posicional, desmarcatge, contraatac,...

És important potenciar l'evolució de l'infant en tots els aspectes formatius, començant pels hàbits i valors formatius fins el desenvolupament correcte de les Habilitats Motores Bàsiques i Capacitats Perceptiu motrius.

És l'edat ideal per el desenvolupament motor i tenen una gran capacitat d'aprenentatge. En aquesta edat, els nens/es tenen una gran necessitat d'autoestima. El seu objectiu principal és compartir, jugar i divertir-se.