

INTRODUCCIÓ

Els cursos d'iniciació a tècnic d'esport neixen amb la voluntat d'atendre les necessitats de la societat actual, optant per un format més pràctic i buscant una correspondència directa entre la teoria dels continguts i l'aplicació pràctica.

El programa té com a objectius, d'una banda, facilitar la informació bàsica per a la realització d'activitats esportives en l'àmbit extraescolar, on s'inclouen els cinc models ofertats anteriorment, i d'altre, incorporar dos models on es pretén ajudar a les petites entitats esportives en la seva gestió del dia a dia i en la salut i el benestar del col·lectiu de la gent gran.

El sentit del curs és fonamentalment pràctic, i s'emmarca com una primera opció per a realitzar posteriorment un curs més extens de 270 hores de primer nivell de tècnic d'esport.

Josep Maldonado i Gili
Secretari general de l'Esport

ORGANITZACIÓ

- Aquest curs és un programa propi del Consell Català de l'Esport, per a dur-se a terme des dels ajuntaments, consells esportius i entitats esportives sense afany de lucre. Per tant l'organització comptarà amb el suport de les Representacions Territorials de la Secretaria General de l'Esport.
- La realització serà a càrrec de les entitats públiques i privades que sol·licitin els cursos que tramitaran tota la documentació a l'Escola Catalana de l'Esport (ECE).

REQUISITS DELS PARTICIPANTS

Per assistir al curs, els participants hauran de reunir les condicions següents:

- Edat mínima: 16 anys complerts en el moment de la inscripció. (Si és menor de 18 anys, haurà d'adjuntar una autorització paterna)
- Acreditar que s'està en possessió del Graduat Escolar o Certificat d'Estudis Primaris o Ensenyament Secundari Obligatori
- Presentar certificat mèdic d'aptitud per a la pràctica de l'esport.
- Emplenar el full d'inscripció acompanyat de la documentació requerida.

IMPORT DEL CURS

Ve regulat per l'ordre publicada al Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya, per la qual es fixen els preus públics que ha d'aplicar el Consell Català de l'Esport.

RECONeixEMENT I CERTIFICACIÓ

Els Cursos d'Iniciació a Tècnics d'Esport seran reconeguts mitjançant una certificació d'assistència signada per l'Escola Catalana de l'Esport del Consell Català de l'Esport de la Generalitat de Catalunya.
En tràmit de reconeixement per part del Departament de Treball i del Departament d'Ensenyament.

CONTINGUTS

La càrrega lectiva del curs consta de 50 hores repartides en dos blocs: el **bloc comú** de 15 hores i el **bloc específic** de 35 hores a escollir entre 7 models

PLA D'ESTUDIS

1. Bloc Comú (15 HORES)

- Salut i activitat físicoesportiva
- Evolució Psicològica del jove esportista
- Recursos metodològics en l'ensenyament de l'activitat física i l'esport
- Educació i esport: tècnics, pares, esportistes
- Contraindicacions per a la pràctica esportiva 1 hora
- Lesions esportives: primera atenció davant una lesió
- Aplicació pràctica de primers auxilis
- Malalties transmissibles i activitat esportiva

2. Bloc Específic (35 HORES) (escollir un dels 7 models)

2.A. ESPORT ESPECÍFIC (esport escollit)

- Conceptes de Tècnica i Tàctica
- Fonaments de Tècnica i Tàctica
- Les capacitats condicionals i les perceptivomotrius
- Reglament bàsic de joc

2.B. ACTIVITATS FÍSICOESPORTIVES EN INSTAL·LACIONS ESPORTIVES CONVENCIONALS

- Esports individuals
- Esports col·lectius
- Activitats en el medi aquàtic

2.C. ACTIVITATS FÍSICOESPORTIVES EN EL MEDI NATURAL

- Legislació vigent d'ús del Medi Natural (2 h.)
- Activitats a la neu
- Activitats en espais rocallosos
- Activitats a la mitja i baixa muntanya
- Activitats de riu
- Activitats de mar i llacs
- Consells pràctics i Seguretat

2.D. JOC I ESPORT EN EDAT ESCOLAR

- L'esport per a tothom. Generalitats
- Activitats Físico-recreatives per a nens. La iniciació esportiva

2.E. ARBITRATGE I ESPORT EN EDAT ESCOLAR

- L'esport educatiu. Paper de les normes en l'esport en edat escolar
- El Reglament dels esports
- Tècniques arbitrials
- Normativa administrativa
- Sessions pràctiques

2.F. GESTIÓ PETITES ENTITATS ESPORTIVES

- Conceptes generals
- Gestió econòmica
- Organització

2.G. ACTIVITATS FÍSQUES DE LLEURE PER A LA GENT GRAN

- Criteris psico-socials de la població de la tercera edat
- Beneficis de l'exercici físic per a la gent gran
- Característiques psicològiques i biològiques de la gent gran
- La dinàmica de grups
- Programes de manteniment físic

PER A MÉS INFORMACIÓ

ESCOLA CATALANA DE L'ESPORT

Av. Països Catalans, s/núm.

08950 Esplugues de Llobregat

Tel. 93 480 49 00

Fax 93 480 49 14

cceece@gencat.net

<http://cultura.gencat.net/esport/>

REPRESENTACIONS TERRITORIALS

Muntaner, 221 08036 Barcelona

(Barcelonès) tel. 93 5520200

Ciutadans, 18, 17004 Girona

(Gironès) tel. 972 225 420

Rbla. d'Aragó, 8, 25002 Lleida

(Segrià) tel. 973 279 200

Major, 14, 43003 Tarragona

(Tarragonès) tel. 977 251 500

Dr. Ferran, 6-8, 43500 Tortosa

Palau Oliver de Boteller

(Baix Ebre) tel. 977 44 14 94

el futur creix
a Catalunya



Generalitat de Catalunya

www.gencat.net



**Generalitat
de Catalunya**



**Consell Català
de l'Esport**

CURSOS D'INICIACIÓ A TÈCNIC D'ESPORT



ESCOLA CATALANA DE L'ESPORT