

CURS D'INICIACIÓ A TÈCNICS D'ESPORT

INTRODUCCIÓ

Per tal de respondre a la necessitat actual de cursos d'iniciació a Tècnics d'Esport, el Consell Català de l'Esport mitjançant el Servei de Docència i Investigació va optar l'any 2002 per modificar els cursos d'Aspirant a Tècnic d'Esport per una fórmula més actual i polivalent i s'ha optat per un format més pràctic on els continguts teòrics tinguin una correspondència directa en l'aplicació pràctica.

OBJECTIU

El programa té com a objectiu donar la informació bàsica en la iniciació de la formació de tècnics en l'àmbit de l'esport i de l'activitat física.

El curs també inclou la informació teòrica necessària com a complement de les aplicacions pràctiques corresponents.

PROGRAMA (continguts i càrrega lectiva)

El 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

1. **Bloc Comú** (Obligatori) (15 HORES) (VEURE [ANNEX1](#))

1.1. Salut i activitat físicoesportiva	2 hores
1.2. Evolució Psicològica del jove esportista	1 hora
1.3. Recursos metodològics en l'ensenyament de l'activitat física i l'esport	6 hores
1.4. Educació i esport: tècnics, pares, esportistes	1 hora
1.5. Contraindicacions per a la pràctica esportiva	1 hora
1.6. Lesions esportives: primera atenció davant una lesió	1 hora
1.7. Aplicació pràctica de primers auxilis	2 hores
1.8. Malalties transmissibles i activitat esportiva	1 hora

2. **Bloc Específic** (a escollir entre un dels models) (35 HORES) (VEURE [ANNEX2](#))

Els continguts de les sessions d'aquest del Bloc Específic, en tots els models, són teòrico-pràctics.

Model 2.A.

MODALITAT, DISCIPLINA O ESPECIALITAT ESPORTIVA ESCOLLIDA **35 hores**

Bloc específic (ESPORT ESCOLLIT)

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

Model 2.B.

**ACTIVITATS FÍSICOESPORTIVES EN INSTAL·LACIONS ESPORTIVES
CONVENCIONALS**

35 hores

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

Model 2.C.

ACTIVITATS FÍSICOESPORTIVES EN EL MEDI NATURAL

35 hores

- ★ Legislació vigent d'ús del Medi Natural
- ★ 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

Model 2.D

JOCS I ESPORT EN EDAT ESCOLAR

35 hores

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

Model 2.E.

ARBITRATGE I ESPORT EN EDAT ESCOLAR

35 hores

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

Model 2.F.

GESTIÓ PETITES ENTITATS ESPORTIVES

35 hores

- ★ Conceptes generals
- ★ Gestió econòmica
- ★ Organització

Model 2G.

ACTIVITATS FÍSQUES DE LLEURE PER A LA GENT GRAN

35 hores

- ★ 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

★ PROFESSORAT

Bloc Comú:

- Llicenciat en la matèria a impartir. (En cas necessari una persona llicenciada en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport podrà impartir totes les matèries)

Bloc Específic:

- El model A, el professorat el designarà la federació corresponent acreditant la màxima titulació en la matèria a impartir.
- En les opcions B, C, D, E i F el professorat serà designat per l'entitat organitzadora, i haurà de demostrar documentalment la màxima titulació en la matèria a impartir.

ORGANITZACIÓ

L'organització correspondrà a l'Escola Catalana de l'Esport del Consell Català de l'Esport de la Generalitat de Catalunya. L'execució serà a càrrec de les entitats públiques i privades que sol·licitin els cursos. En l'execució hi col·laboraran les Representacions Territorials de la Secretaria General de l'Esport.

Tota la documentació que s'editi haurà de complir la normativa vigent que estableix el Consell Català de l'Esport de la Generalitat de Catalunya, referent a imatge i publicitat.

El nombre mínim d'assistents per realitzar el curs serà de 30 i el màxim de 40 .

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.
- Estar 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 següent: fotocòpia del DNI, certificació d'estudis, dues fotografies de mida carnet. Si és menor de 18 anys, haurà d'adjuntar una autorització paterna.

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.

IMPORT DE LA MATRÍCULA

L'import de la matrícula d'aquests Cursos ve regulada per l'ordre serà de 60.10€ /10.000 ptes per alumne.

ANNEX 1

1. BLOC COMÚ.-

1.1 .Salut i Activitat Físico Esportiva: coneixement bàsic del funcionament del cos humà (2 h.)

Els principals sistemes del cos humà. Funcionament
La salut mitjançant l'activitat física

1.2. Evolució Psicològica del Jove Esportista: (1 h.)

Desenvolupament del nen
El Joc
L'adolescència

1.3. Recursos Metodològics en l'ensenyament de l'Activitat Física i l'Esport (6 h.)

La motivació
Principals mètodes d'ensenyament de les destreses i habilitats
Les diferents etapes del desenvolupament i les seves característiques
Principals mètodes de planificació i control de les activitats

1.4. Educació i Esport:.....tècnics, pares, esportistes (1 h.)

El jove i l'entorn, models
Paper dels pares i dels tècnics

1.5. Contraindicacions per a la pràctica esportiva (1 h.)

Contraindicacions generals
Contraindicacions específiques

1.6. Lesions esportives : primeres actuacions (1 h.)

Contusions, ferides, traumatismes musculars i ossis
Lesions articulars
Accidents cardio-vasculars

1.7. Aplicació pràctica dels primers auxilis (1 h.)

Actuacions bàsiques davant d'un accident. Primers auxilis

1.8. Malalties transmissibles i activitat Esportiva: ¿ què cal saber ? (1 h.)

Malalties transmissibles
Precaucions bàsiques

ANNEX 2

2. BLOC ESPECÍFIC.-

2.A. Modalitat, disciplina o especialitat esportiva escollida (35 h.)

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

2.B. Activitat Físico-esportives en instal·lacions esportives convencionals (35 h.)

• Instal·lacions esportives convencionals

• Esport individual (10 h.)

- Tècnica i Tàctica
- Fonaments de Tècnica i Tàctica individual
- Didàctica de l'ensenyament de la Tècnica
- Les capacitats condicionals i les perceptivo-motrius

• Esport Col·lectiu (10 h.)

- Tècnica i Tàctica Col·lectiva
- Fonaments de Tècnica i Tàctica Col·lectiva
- Didàctica de l'ensenyament de la Tècnica
- Les capacitats condicionals i les perceptivo-motrius

• Esport en el Medi Aquàtic (15 h.)

- Característiques de l'esport en el Medi Aquàtic. Classificació.
- Didàctica de l'ensenyament dels esports en el Medi Aquàtic
- Les capacitats condicionals i les perceptivo-motrius

2.C. Activitats Físico-esportives en el Medi Natural (35 h.)

- 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 (3 h.)
- (30 h.)

2.D. JOCS I ESPORT (35 h.)

• *L'esport per a tothom. Generalitats (3 h.)*

- Informació general sobre els principis de l'esport per a tothom
- Estructures organitzatives
- Promoció i desenvolupament

- ***Activitats Físico-recreatives per a nens. La iniciació esportiva (32 h.)***

- Paper del Joc en la iniciació esportiva
- Jocs esportius i preesportius
- El joc dins la sessió d'iniciació. Parts de la sessió. Metodologia. Instal·lacions i material
- El joc i les capacitats condicionals i coordinatives
- Els esports col·lectius i individuals en la iniciació esportiva
- Fonaments bàsics dels esports col·lectius
- La pluridisciplinarietat i/o l'especialització precoç
- Pràctica d'activitats alternatives en la iniciació esportiva.

2.E. ARBITRATGE DE L'ESPORT EN EDAT ESCOLAR (35 h.)

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

2.F.GESTIÓ PETITES ENTITATS ESPORTIVES (35h.)

- Conceptes generals
- Gestió econòmica
- Organització

2G. ACTIVITATS FÍSQUES DE LLEURE PER A LA GENT GRAN (35h.)

- 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

TRAMITACIÓ DE DOCUMENTACIÓ

MODELS DELS DIFERENTS DOCUMENTS

TRAMITACIÓ DE DOCUMENTS

Documentació prèvia a la realització del Curs:

Document 01: Sol·licitud (amb 30 dies d'antelació, segons el model adjunt).

Document 02: Pressupost detallat (amb 30 dies d'antelació, segons el model adjunt).

Document 03: Proposta del professorat, dades personals i relació (amb 30 dies d'antelació, segons el model adjunt).

Document 04: Full d'inscripció dels participants al curs (15 dies abans de l'inici del curs).

Aquests documents hauran de ser tramitats per les Institucions organitzadores (tant públiques com privades), amb el coneixement i el vist-i-plau de la Representació Territorial corresponent.

Documentació posterior a la realització del Curs:

Document 05: Control de l'assistència dels alumnes (15 dies després de l'acabament del curs, segons el model adjunt).

Document 06: Enquesta d'opinió general.

Document 07: Informe/memòria del curs, que inclourà:

- mostres del material publicitari.
- temaris del curs.
- informe del responsable del curs.

Document 08: Certificació dels alumnes del curs.

Comprovada la documentació presentada, un cop acabat el curs, el Servei de Docència i Investigació, mitjançant les seves Representacions Territorials, lliurarà als Consells Esportius, les Federacions o les Institucions organitzadores els certificats d'assistència i aprofitament per tal que aquests els facin arribar als participants al curs.

ANNEX

ÍNDEX DE DOCUMENTS

Núm.	NOM DEL DOCUMENT	TRAMITACIÓ
01	Sol·licitud (acompanyada del programa i l'horari)	30 dies abans
02	Pressupost detallat	30 dies abans
03	Proposta de professorat	30 dies abans
04	Full d'inscripció	15 dies abans
05	Control de l'assistència	15 dies després
06	Enquesta d'opinió general	15 dies després
07	Informe/memòria del curs	15 dies després
08	Certificació dels alumnes del curs	15 dies després

A continuació s'inclouen en un annex els models dels documents que figuren a l'índex.

Aquests models hauran de ser utilitzats en tots els casos i estaran a disposició dels Consells Esportius, les Federacions o les Institucions organitzadores en les Representacions Territorials corresponents.

1

FULL DE SOL·LICITUD DE CURS D'INICIACIÓ A TÈCNIC D'ESPORT

Consell Esportiu, Federació o Institució pública o privada

Denominació _____

NIF Núm. | | | | | | | | | | Domicili _____

Núm. _____ Pis _____ Porta _____ CP | | | | | | Població _____

Província _____ Telèfon _____ Mòbil _____

FAX _____ correu electrònic _____

Persona que sol·licita el curs:

Cognoms _____ Nom _____

NIF Núm. | | | | | | | | | | Domicili _____

Núm. _____ Pis _____ Porta _____ CP | | | | | | Població _____

Província _____ Telèfon _____ Mòbil _____

FAX _____ correu electrònic _____

Lloc on es realitzarà el curs _____

Dates previstes per a la realització del curs: del _____ al _____

Nombre de participants Model de curs : 2A 2B 2C 2D 2E 2F 2G

Instal·lacions esportives necessàries

Import

Propietat de

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Aportacions d'entitats col·laboradores

Concepte

Import

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

_____, a _____ d _____ de 20 ____

(segell de l'Entitat)

(signatura del sol·licitant)

2

PRESSUPOST DETALLAT

A. DESPESES

A.1 Professorat

--

TOTAL COST DEL PROFESSORAT _____ €

A.2 Diversos _____ €

TOTAL DESPESES DEL CURS _____ €

B. INGRESSOS

B.1 Matricules dels participants. _____ €

B.2 D'altres aportacions _____ €

TOTAL INGRESSOS _____ €

TOTAL INGRESSOS _____ €

TOTAL DESPESES _____ €

SALDO FINAL _____ €

_____, a _____ d _____ de 20 ____

(segell de l'Entitat)

(signatura del sol·licitant)

4

FULL D'INSCRIPCIÓ

Cognoms _____ Nom _____

NIF Núm. | | | | | | | | | | Domicili _____

Núm. _____ Pis _____ Porta _____ CP | | | | | | Població _____

Província _____ Telèfon _____ Mòbil _____

FAX _____ correu electrònic _____ Edat ____ Home Dona

Lloc de realització el curs _____

Durada del curs: del _____ al _____

Estudis realitzats: _____

Es dedica a l'ensenyament esportiu? Sí NO

Nota: Cal adjuntar fotocòpia del DNI, certificació dels estudis realitzats, certificat mèdic de capacitat per a la realització de pràctiques esportives i 2 fotografies de mida carnet. Si sou menor de 18 anys, haureu d'acompanyar el document amb una autorització paterna.

_____, a _____ d _____ de 20 ____

(segell de l'Entitat)

(signatura del sol·licitant)

6

ENQUESTA D'OPINIÓ GENERAL

Pel que fa referència a la matèria impartida durant el curs d'Iniciació a Tècnic d'Esport celebrat a _____ quina és la teva opinió i valoració respecte a:

- 1) Els continguts de les diferents assignatures:

- 2) Les aportacions pràctiques de les diferents assignatures:

- 3) La dinàmica de treball portada a les diferents assignatures:

Pel que fa referència als objectius del curs, quina és la teva opinió i valoració respecte a:

1. El que es volia aconseguir, s'ha aconseguit en realitat?
Sí NO
2. Pel que fa les diferents assignatures, quines han aconseguit els objectius i quines no?
3. Quins serien els teus suggeriments de cara que en el futur els curss, tant teòricament com organitzativa, fossin millors?

7

INFORME/MEMÒRIA DEL CURS

Informe del responsable del Cours:

A) ACTIVITAT DOCENT:

B) ORGANITZACIÓ DEL CURS: (especifiqueu l'estat de les instal·lacions, la reserva d'horaris, el material i les condicions, així com els altres aspectes de l'organització).

_____, a _____ d _____ de 20 ____

(segell de l'Entitat)

(signatura del sol·licitant)

8

CERTIFICACIÓ DELS ALUMNES DEL CURS

En/Na _____,
com a responsable del Curs d'Iniciació a Tècnic d'Esport _____,
celebrat a _____ del _____ al _____.

FAIG CONSTAR:

Que els alumnes que es detallen en aquest certificat han assistit amb aprofitament al Curs d'Iniciació a Tècnics d'Esport, d'acord amb el que s'especifica a l'Informe/Memòria (7) i a la Llista d'Assistència (5) signats pel responsable del curs.

01.....	21.....
02.....	22.....
03.....	23.....
04.....	24.....
05.....	25.....
06.....	26.....
07.....	27.....
08.....	28.....
09.....	29.....
10.....	30.....
11.....	31.....
12.....	32.....
13.....	33.....
14.....	34.....
15.....	35.....
16.....	36.....
17.....	37.....
18.....	38.....
19.....	39.....
20.....	40.....

A aquest efecte, signo i certifico la veracitat d'aquesta acta, amb _____ alumnes.