

TEMÀTIC VOLEIBOL



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

PRESENTACIÓ
I JOCS
D'HABILITATS
MOTRIUS

SALTS, GIRS I
COLPEIG

TREBALL
ANALÍTIC DE
RECEPCIÓ I
SERVEI

TORNEIG ESPAI
REDUÏT 1X1

FONAMENTS
TÈCNICS

CÀLCUL DE
TRAJECTÒRIES DE
PILOTA

TREBALL DEL
SERVEI BAIX

COL·LOCACIÓ I
ATAC

TORNEIG REDUÏT
3X3

ELEMENTS
TÈCNICO-TÀCTICS
BÀSICS

ESPAI REDUÏT 2X2

JOC EN EQUIP I
MILLORA DE
TÈCNiques
BÀSIQUES

PISCINA



DESENVOLUPAMENT DEL
PENSAMENT
TÀCTIC

PRESA DE
DECISIONS EN EL
JOC

JOC EN EQUIP I
MILLORA DE LES
TÈCNiques
BÀSIQUES

TORNEIG REDUÏT
4X4

JOC EN ESPAI
REDUÏT

2X2 I TÈCNiques
BÀSIQUES

JOC EN EQUIP I
MILLORA DE LES
TÈCNiques
BÀSIQUES

TORNEIG
3X3

M
A
T
Í

TARDA

LLEURE

LLEURE

LLEURE

LLEURE

LLEURE