

# CURS D'INICIACIÓ A TÈCNIC/A D'ESPORT

## "ACTIVITATS FÍSICOESPORTIVES EN INSTAL·LACIONS ESPORTIVES CONVENCIONALS"

**Nadal**

Els dies 22, 27 i 28 de desembre i el 2, 3 i 4 de gener.

De 9:00 a 14:00 i 15:00 a 18:00

**Lloc:** Federació Catalana de Judo  
Badia del Vallès

**Destinataris:** Joves a partir de 15 anys

**Durada:** 50 hores, avaluació continua

**Professorat** Titulats en la matèria

Per fer de voluntari d'esports a les activitats extraescolars, clubs, etc.

**Preu**

**60€**

**Informació en el Mail:** [aeviulesport@gmail.com](mailto:aeviulesport@gmail.com)

Entrega d'inscripcions al Poliesportiu Badia del Vallès,

Avinguda Via de la Plata, s/n. Recepció

De dilluns a divendres de 9:00 a 20:00

### CONTINGUTS

El curs consta de 50 hores repartides en 2 blocs: bloc comú ( 15 h ) i bloc específic ( 35 h )

#### Bloc Comú

- Salut i activitat físicoesportiva.
- Evolució psicològica del/la jove esportista.
- Educació i esport: personal tècnic, pares/mares, esportistes.
- Contraindicacions per a la pràctica esportiva.
- Lesions esportives: primera atenció davant una lesió.
- Aplicació pràctica de primers auxilis.
- Malalties transmissibles i activitat esportiva.
- Bones pràctiques de gènere en l'esport.

#### Bloc Específic

- Esports individuals
- Esports col·lectius
- Esports i activitats en el medi aquàtic

**Inscripcions en rigorós ordre d'arribada Termini d'inscripcions Fins el dia 22 de desembre**

**Organitza:**

**AE Viu L'esport Badia EIE**



**Col·laboren:**

