



El Campus que farem a St. Feliu de Codines del 6 al 9 d'abril, està concebut bàsicament per complementar l'entrenament que els/les jugadors-es fan en el seu club, tenim 2 pistes i dividim els grups de treball, reduint el grup de jugador a un número que ens permeti individualitzar el treball que fem amb cada esportista, hi haurà treball fora i dintre de les pistes, la nostra filosofia de treball es concreta:

Farem entrenaments que tindran una part més analítica, - amb treball tècnic bastant específic -, i una part més sintètica on la metodologia s'apropi a situacions de partit, si bé quasi sempre en situacions d'avantge segons el rol ofensiu o defensiu que estiguem treballant.

Bàsicament, els **continguts** principals tindran les següents objectius:

JUGADORS PREBENJAMINS/BENJAMINS

CONTINGUTS TÈCNICS JUGADOR

- Patinatge, en diferents metodologies per que el jugador treballi tan aspectes psicomotrius, com tècniques específiques del patinatge, tan les més repetides, com aquelles que aportin una millar amb les prestacions del joc (per exemple, patinatge defensiu).
- Stick/bola
- Passe i control
- Xut

En tots els casos ens trobem amb un ventall d'habilitats, amb les característiques múltiples del joc que treballarem en totes les circumstancies possible al llarg dels quatre dies.

CONTINGUTS TÈCNIC/TÀCTIC PORTERS

- Habilitats psicomotrius
- Com equipar-se
- Tècniques de patinatge
- Tècnica individual
- Reflexos
- Velocitat de reacció
- Elasticitat (explicació i treball)
- Recuperacions
- Els components tàctics estan inclosos en el treball integral

CONTINGUTS TÀCTIC JUGADORS

Si vé cada vegada el treball evolucionarà per integrar l'entrenament tècnic amb el tàctic, hem de veure el nivell dels nens-es per adaptar-nos a ells i no al revés, això serà chau per veure de quina manera podem adaptar els grups per que treballin amb umbral òptim per el seu nivell.

De tota manera sempre completarem l'entrenament amb més o menys continguts tàctics que estaràn continguts amb les següents situacions de joc.

- Situacions d'1 x 1

Més enllà de la situació en l'1 x 1 és important que el/la nen-a entengui en quines situacions es troba i de quina manera pot resoldre

- Entrenaments tàctica amb grups reduïts.

ALS DOS TORNS D'ENTRENAMENT ACABAREM FENT PARTITS CADA DIA

JUGADORS ALEVINS/ i pot ser infantils

- Pràcticament el treball estarà integrat dins dels aspecte tàctics, tan en l'1 x 1, com en el treball de grup, no entrarem en el treball tàctic d'equip, però buscarem sempre situacions que enriqueixin el desenvolupament del jugador, tan en el rol defensiu, com atacant.

En els espais que els jugadors no estiguin dins de la pista, farem treball de psicomotricitat, control i conducció amb sabatilles i Jocs que aportin diversió, però també permetin experimentar diverses habilitats amb el propi cos o amb stick/bola.

CONTINGUTS TÈCNIC/TÀCTIC PORTERS

- Tècniques de patí
- Tècnica individual
- Reflexos
- Velocitat de reacció
- Elasticitat
- Tàctica indiv.
- Tàctica colectiva
- Us de stick

ALS DOS TORNS D'ENTRENAMENT ACABAREM FENT PARTITS CADA DIA

VOLEM QUE VINGUIS, HO ESTEM PREPARANT TOT PER QUE DISFRUTIS D'UN CAMPUS ON
PUGUIS FER MÉS AMICS I PRACTICAR HOQUEI

VOLS JUGAR AMB NOSALTRES?, APUNTA'T AL NOSTRE EQUIP!!