



CAMPUS AFO ESTIU 2019

campusafomanlleu@gmail.com

689 62 97 15

PROGRAMACIÓ D'UN DIA AMB NOSALTRES

HORARI

ACTIVITAT

8:50 – 9:00

ACOLLIDA I ARRIBADA ALS VESTIDORS

9:00 - 9:20

- Jocs i cohesió de grup
- Motricitat bàsica i específica del propi cos.

9:20 - 10:15

TREBALL PERCEPCIÓ DE L'ESPAI I CONTINGUT TÈCNIC DEL DIA.

- Control / Passada / Conducció / Regat + tir i remat.

10:15 - 10:45

ESMORZAR

10:45 - 11:30

CONTINGUT TÈCNIC-TÀCTIC EN SITUACIONS REALS DE JOC + FINALITZACIÓ I PARTITS REALS F7 / F11

11:30 - 12:50

DLL, DC i DV (PARTITS I COMPETICIÓ D'HABILITATS)
DM i DJ (SORTIDA A LA PISCINA)

12:50 - 13:00

HIGIENE
RECOLLIDA DILLUS, DIMECRES I DIVENDRES:
CAMP DE FUTBOL
RECOLLIDA DIMARTS I DIJOURS:
LA PISCINA

EDUQUEM I FONENTEM ELS VALORS EDUCATIUS I ESPORTIUS

afo.cat

