

Activitat pluja 1 **menudets**

Material: fulls de camp i llapis

Repartir fulls i llapis

Explicar que hi ha 5 posicions i quines son

Tasques per als nens:

Posar-te al camp. Escull una posició on creus que pots jugar o on t'agrada jugar i dibuixa al camp una rodona i escriu el teu nom al costat de la rodona

Posa un company. De les altres posicions escull una i dibuixa al camp una altra rodona i posa el nom d'un company al costat d'aquesta rodona

En l'altra cara del full posa un exercici que t'agradi fer. Pots dibuixar i escriure

Un cop acabin cada nen surt i explica els punts anteriors, perquè ha escollit aquesta posició, etc

Activitat pluja 1 **menuts**

Material: fulls de camp i llapis

Repartir fulls i llapis

Recordar quines 5 posicions hi ha

Tasques per als nens:

Posar-te al camp. Escull una posició on NO has jugat i creus que pots jugar i dibuixa al camp una rodona i escriu el teu nom al costat de la rodona

Posa un company. De les altres posicions escull una i dibuixa al camp una altra rodona i posa el nom d'un company al costat d'aquesta rodona

En l'altra cara del full posa un exercici que t'agradi fer. Pots dibuixar i escriure

Un cop acabin cada nen surt i explica els punts anteriors, perquè ha escollit aquesta posició, etc

Activitat pluja 1 **prebenjamí**

Material: fulls de camp i llapis

Repartir fulls i llapis

Explicar una sortida de 3

Tasques per als nens:

Posar-te al camp. Escull les posicions on has jugat i dibuixa al camp una rodona per cada posició i escriu el teu nom al full

Posa un company. De les altres posicions escull una i dibuixa al camp una altra rodona i posa el nom d'un company al costat d'aquesta rodona

En l'altra cara del full posa un exercici relacionat amb el que t'han explicat de la sortida de 3. Pots dibuixar i escriure

Un cop acabin cada nen surt i explica els punts anteriors, perquè ha escollit aquesta posició, etc

Activitat pluja 1 **benjamí**

Material: fulls de camp i llapis

Repartir fulls i llapis

Explicar una estratègia de sacada de banda i/o córner ofensiu

Tasques per als nens:

Posar-te al camp. Escull les posicions on has jugat i dibuixa al camp una rodona per cada posició i escriu el teu nom al full

Posa un company. De les altres posicions escull una i dibuixa al camp una altra rodona i posa el nom d'un company al costat d'aquesta rodona

En l'altra cara del full posa un exercici relacionat amb el que t'han explicat prèviament. Pots dibuixar i escriure

Un cop acabin cada nen surt i explica els punts anteriors, perquè ha escollit aquesta posició, etc

Activitat pluja 1 **prealeví i aleví**

Material: fulls de camp i llapis

Repartir fulls i llapis

Explicar punts forts de cada posició

Tasques per als nens:

Posar-te al camp. Dibuixa al camp una rodona a la posició on jugues principalment i escriu el teu nom al full

Punts forts. Escriu els teus punts forts al costat de la rodona

En l'altra cara del full posa un exercici d'acord amb el que t'han explicat prèviament i en el que es treballi un dels punts forts que has escrit. Pots dibuixar i escriure

Un cop acabin cada nen surt i explica els punts anteriors, perquè ha escollit aquesta posició, etc

Activitat pluja 1 **preinfantil**

Material: fulls de camp i llapis

Repartir fulls i llapis

Explicacions/repàs d'estratègies

Tasques per als nens:

Sacada de banda. Dibuixa en una meitat del camp una estratègia

Córner ofensiu. Dibuixa en l'altra meitat una estratègia

Un cop acabin cada nen surt i explica les seves estratègies

L'entrenador comenta

Activitat pluja 2 **menudets a prebenjamins**

Material: fulls de camp i llapis

Repartir fulls i llapis

Activitats per l'entrenament

1 posar un joc d'animació

2 fer un exercici de futbol d'un aspecte tècnic

3 posar normes al partit de futbol (mínim 2)

Un cop acabin l'entrenador escull els nens que doni temps perquè surtin a explicar. Els que no doni temps ho fan a la propera

Activitat pluja 2 **benjamins fins preinfantil**

Material: fulls de camp i llapis

Repartir fulls i llapis

Sessió d'entrenament

1 fer una activitat d'escalfament amb elements de coordinació i tècnics

2 fer un exercici de futbol d'un aspecte tècnic

3 fer un joc de futbol

4 posar condició/ns a un partit

Un cop acabin l'entrenador escull els nens que doni temps perquè surtin a explicar. Els que no doni temps ho fan a la propera

Activitat pluja **N** (1 cop al mes, 1r cop desembre/gener) **Tots els nivells**

Material: fulls d'avaluació i llapis

Repartir fulls i llapis

Autoavaluació

Tasques per als nens:

Omplir el full d'autoavaluació i avaluació, i comentar

Activitat pluja 3 per **Tots els nivells**

Material: fulls en blanc i llapis

Repartir fulls i llapis

Fer un cartell o dibuixar una imatge per a un cartell per al torneig

Tasques per als nens:

Dibuixa una imatge o un cartell sencer per al torneig

(aquesta activitat es pot fer en dos/tres cops. Per exemple, un dia es fa un esbós, l'altre es comença a perfilar etc)

Activitat pluja 4 per **Tots els nivells**

Material: fulls del joc i llapis

Repartir fulls i llapis

Guanya el matx! (joc com 'enfonsar la flota')

Tasques per als nens:

Repartir-se en dos equips per fer el joc, també poden jugar contra l'entrenador

(aquesta activitat es pot fer més cops)