



## IIº ENCUESTRO FORMATIVO \_\_\_\_ "AMICS DE LA BOCCIA"

### "ASPECTOS MOTRICES BÁSICOS INCIDENTES EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN BOCCIA" *ENTRENAMIENTO – PARTE Iª*



- **ORGANIZA:** AMICS DE LA BOCCIA
- **FECHA:** Sábado, 17 de Diciembre de 2011
- **LUGAR:** IES RASCANYA – ANTONIO CAÑUELO (\*)

Avdª Hermanos Machado, nº 9  
46019 – Valencia

(\*) – Frente a Centro comercial ARENA – Estadio Levante

- **IMPARTIDO POR:**
  - JOSE LUIS SIRERA

Ha sido durante muchos años:

- RESPONSABLE NACIONAL DE BOCCIA
- SELECCIONADOR NACIONAL DE BOCCIA

Actualmente es **CLASIFICADOR INTERNACIONAL** por el CP-ISRA

- **HORARIOS:**
  - MAÑANA \_\_\_\_\_ de 9´30 a 14´00 h.
  - TARDE \_\_\_\_\_ de 15´00 a 17´00 h.

- **INSCRIPCIÓN GRATUITA (\*)**



(\*) – *PARA PARTICIPAR EN ESTE ENCUESTRO HAS DE MANDAR LOS SIGUIENTES DATOS AL CORREO:*

[migueboccia@hotmail.com](mailto:migueboccia@hotmail.com) hasta el jueves 15/12/11 a las 14´00 h.

- Nombre y apellidos
- Entidad, club , asociación a la que perteneces
- Nº de tlf. de contacto
- Aspectos que te gustaría tratar o abordar en este encuentro

- **CON ESTE ENCUESTRO IIº ENCUESTRO NOS ADENTRAMOS ESPECÍFICAMENTE EN EL ENTRENAMIENTO. LA PRIMERA PARTE IRÁ DESTINADA A ANALIZAR LAS CARACTERÍSTICAS MOTRICES Y FUNCIONALES DE LOS JUGADORES DE BOCCIA (bc1-bc2 y bc4) PLANTEANDO EL ENTRENAMIENTO EN BASE A SUS CONDICIONES Y CARACTERÍSTICAS, PROPIAS DE CADA JUGADOR.**
- **HABRÁ UNA PARTE TEÓRICA Y UNA PARTE PRÁCTICA**



- **PROGRAMA DEL ENCUENTRO**

**1.- CARACTERÍSTICAS FÍSICO-FUNCIONALES Y TÉCNICAS DEL JUGADOR BC1, BC2 y BC4**

- FUEZA
  - CONTROL DE MOVIMIENTO
  - LIBERTAD Y AMPLITUD DE MOVIMIENTOS EN RELACION AL TIPO DE AFECTACION MOTRIZ.
- ESPASTICIDAD
  - ATETOSIS/DISTONÍAS
  - FORMAS MIXTAS

**2.- INCIDENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

- FÍSICO
- TÉCNICO
- TÁCTICO

**3.- PRACTICA DEL ENTRENAMIENTO**

- *EN EL MES DE FEBRERO DE 2012 SE ORGANIZARÁ EL IIIº ENCUENTRO QUE DEDICAREMOS TOTALMENTE AL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO DE FORMA PRÁCTICA: PLANIFICACIÓN, DISEÑO DE SESIONES DE TRABAJO, EJERCICIOS ESPECÍFICOS, SEGUIMIENTO DEL TRABAJO REALIZADO, VALORACIÓN Y EVALUACIÓN DEL ENTRENAMIENTO.*

