

Modalitat  
futbol

i futbol sala

# ENSENYAMENTS D'ESPORTS

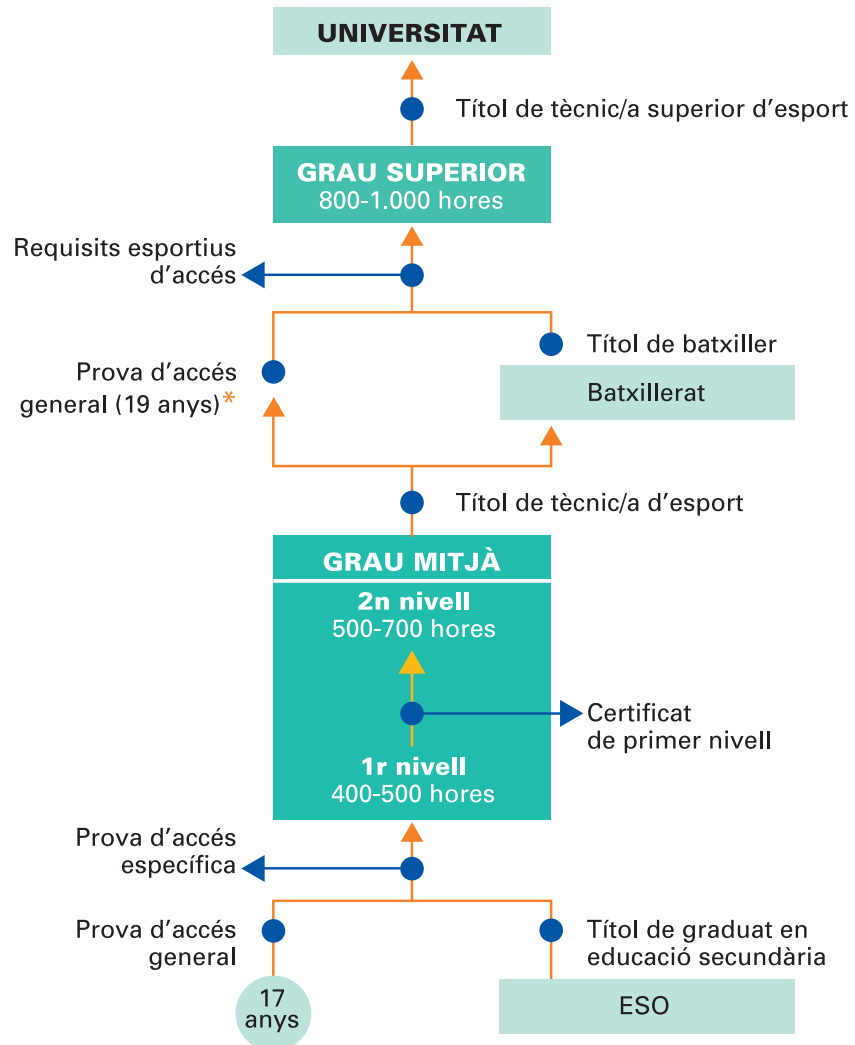
Esquema de les titulacions de tècnics d'esport i tècnics superiors d'esport	4
Esquema de les modalitats de futbol i futbol sala	5
Competència i sortides professionals	6
Crèdits i durada de les titulacions de tècnics d'esport en futbol i futbol sala	7
1r nivell de futbol	7
2n nivell de futbol	8
1r nivell de futbol sala	9
2n nivell de futbol sala	10
Prova específica d'accés als ensenyaments de règim especial d'esports de les especialitats de futbol i futbol sala	11
Prova específica d'accés al 1r nivell de futbol	11
Prova específica d'accés al 1r nivell de futbol sala	13
Centres on s'imparteixen les especialitats de futbol i futbol sala	15
Més informació	15

© Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació

Edició: Servei de Difusió i Publicacions  
Disseny: Ydea  
1a edició: març de 2007  
Tiratge: 8.000 exemplars  
Impressió: Gràfiques l'Empordà, SL  
Dipòsit legal: B-16646-2007

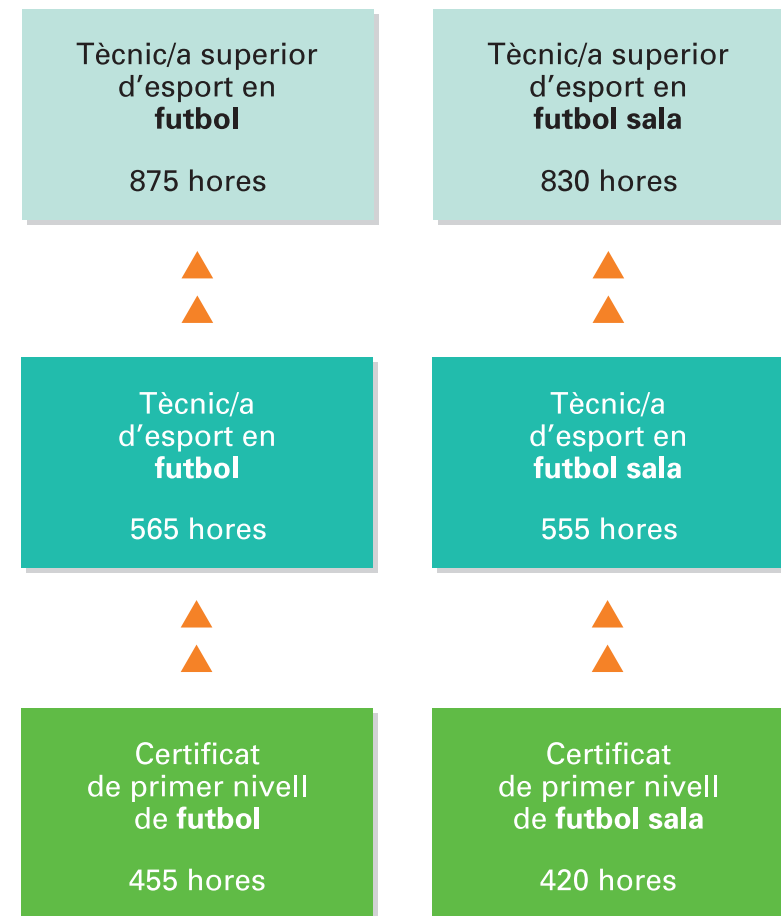


## Esquema de les titulacions de tècnics d'esport i tècnics superiors d'esport



\* També es podrà realitzar la prova general d'accés amb 18 anys si es disposa del títol de tècnic/a corresponent.

## Esquema de les modalitats de futbol i futbol sala



## Competència i sortides professionals

### 1r nivell de futbol

El certificat de primer nivell de futbol acredita que la persona posseeix les competències necessàries per realitzar:

- la iniciació al futbol en categories infantils i en categories inferiors d'adults,
- l'acompanyament de l'equip durant la pràctica esportiva,
- la promoció de la modalitat esportiva.

### 2n nivell de futbol

El títol de tècnic/a d'esport en futbol acredita que la persona posseeix les competències necessàries per realitzar:

- el perfeccionament de l'execució tècnica i tàctica del futbolista,
- l'entrenament de futbolistes i equips,
- la direcció de jugadors i equips durant els partits de futbol,
- l'arbitratge de partits.

### 1r nivell de futbol sala

El certificat de primer nivell de futbol sala acredita que la persona posseeix les competències necessàries per realitzar:

- la iniciació al futbol sala en categories infantils i en categories inferiors d'adults,
- l'acompanyament de l'equip durant la pràctica esportiva,
- la promoció de la modalitat esportiva.

### 2n nivell de futbol sala

El títol de tècnic/a d'esport en futbol sala acredita que la persona posseeix les competències necessàries per realitzar:

- el perfeccionament de l'execució tècnica i tàctica del futbolista,
- l'entrenament de futbolistes i equips,
- la direcció de jugadors i equips durant els partits de futbol sala,
- l'arbitratge de partits.

Els diferents tipus d'entitats o empreses on poden desenvolupar les seves funcions són:

- escoles i centres d'iniciació esportiva
- clubs i associacions esportives
- federacions de bàsquet
- patronats esportius
- empreses de serveis esportius
- centres escolars (activitats extracurriculars)

## Crèdits i durada de les titulacions de tècnics d'esport de les especialitats de futbol i futbol sala

### 1r nivell de futbol

CRÈDITS	HORES TEÒRIQUES	HORES PRÀCTIQUES	HORES TOTALS
<b>Bloc comú</b>			
Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport I	20		20
Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament I	25		25
Entrenament esportiu I	20	10	30
Fonaments sociològics de l'esport	5		5
Organització i legislació de l'esport I	5		5
Primers auxilis i higiene en l'esport	25	10	35
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>120</b>
<b>Bloc específic</b>			
Desenvolupament professional I	10		10
Direcció d'equips I	5	5	10
Metodologia de l'ensenyament i l'entrenament del futbol I	10	5	15
Preparació física I	10	5	15
Regles del joc I	15	5	20
Seguretat esportiva	5	5	10
Tàctica i sistemes de joc I	25	25	50
Tècnica individual i col·lectiva I	20	20	40
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>100</b>	<b>70</b>	<b>170</b>
<b>Bloc complementari</b>			
Terminologia específica catalana	5		5
Fonaments de l'esport adaptat	10		10
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>15</b>		<b>15</b>
<b>Nombre d'hores del bloc de formació pràctica</b>			<b>150</b>
<b>Durada del curs de 1r nivell de futbol</b>			<b>455</b>

## 2n nivell de futbol

CRÈDITS	HORES TEÒRIQUES	HORES PRÀCTIQUES	HORES TOTALS
<b>Bloc comú</b>			
Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport II	40		40
Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament II	45		45
Entrenament esportiu II	30	10	40
Organització i legislació de l'esport II	5		5
Teoria i sociologia de l'esport	20		20
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>140</b>	<b>10</b>	<b>150</b>
<b>Bloc específic</b>			
Desenvolupament professional II	15		15
Direcció d'equips II	15	10	25
Metodologia de l'ensenyament i l'entrenament del futbol II	15	5	20
Preparació física II	15	10	25
Regles del joc II	10	5	15
Tàctica i sistemes de joc II	20	30	50
Tècnica individual i col·lectiva II	15	20	35
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>105</b>	<b>80</b>	<b>185</b>
<b>Bloc complementari</b>			
Terminologia específica estrangera	10		10
Equipaments esportius	10		10
Informàtica bàsica aplicada		10	10
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>30</b>
<b>Nombre d'hores del bloc de formació pràctica</b>			<b>200</b>
<b>Durada del curs de 2n nivell de futbol</b>			<b>565</b>

## 1r nivell de futbol sala

CRÈDITS	HORES TEÒRIQUES	HORES PRÀCTIQUES	HORES TOTALS
<b>Bloc comú</b>			
Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport I	20		20
Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament I	25		25
Entrenament esportiu I	20	10	30
Fonaments sociològics de l'esport	5		5
Organització i legislació de l'esport II	5		5
Primers auxilis i higiene en l'esport	25	10	35
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>120</b>
<b>Bloc específic</b>			
Desenvolupament professional I	10		10
Direcció d'equips I	5	5	10
Metodologia de l'ensenyament i l'entrenament del futbol sala I	10	5	15
Preparació física I	10	5	15
Regles del joc I	10	5	15
Seguretat esportiva	5	5	10
Tàctica i sistemes de joc I	15	15	30
Tècnica individual i col·lectiva I	15	15	30
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>80</b>	<b>55</b>	<b>135</b>
<b>Bloc complementari</b>			
Terminologia específica catalana	5		5
Fonaments de l'esport adaptat	10		10
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>15</b>		<b>15</b>
<b>Nombre d'hores del bloc de formació pràctica</b>			<b>150</b>
<b>Durada del curs de 1r nivell de futbol sala</b>			<b>420</b>

## 2n nivell de futbol sala

CRÈDITS	HORES TEÒRIQUES	HORES PRÀCTIQUES	HORES TOTALS
<b>Bloc comú</b>			
Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport II	40		40
Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament II	45		45
Entrenament esportiu II	30	10	40
Organització i legislació de l'esport II	5		5
Teoria i sociologia de l'esport	20		20
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>140</b>	<b>10</b>	<b>150</b>
<b>Bloc específic</b>			
Desenvolupament professional II	15		15
Direcció d'equips II	10	5	15
Metodologia de l'ensenyament i l'entrenament del futbol sala II	15	5	20
Preparació física II	15	10	25
Regles del joc II	10	5	15
Tàctica i sistemes de joc II	20	20	40
Tècnica individual i col·lectiva II	25	20	45
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>110</b>	<b>65</b>	<b>175</b>
<b>Bloc complementari</b>			
Terminologia específica estrangera	10		10
Equipaments esportius	10		10
Informàtica bàsica aplicada		10	10
<b>Nombre total d'hores d'aquest bloc</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>30</b>
<b>Nombre d'hores del bloc de formació pràctica</b>			<b>200</b>
<b>Durada del curs de 2n nivell de futbol sala</b>			<b>555</b>

## Prova específica d'accés als ensenyaments de règim especial d'esports de les especialitats de futbol i futbol sala

### Prova específica d'accés al 1r nivell de futbol

#### Primera part

#### Objectiu

Valorar la condició física.

Exercici	Valoració	Criteri	
		Homes	Dones
1. Recorregut de 50 metres: recórrer una distància de 50 metres, en un terreny pla, regular i de traçat recte	Velocitat de translació	8,0 s	8,5 s
2. Recorregut de 2.000 metres en un terreny pla i regular	Resistència aeròbica	10 min	12 min
3. Salt vertical	Potència dels principals músculs extensors de les extremitats inferiors	45 cm	35 cm
4. Descalç, amb els peus situats sobre un flexòmetre, flexionar el cos sense impuls, portant els braços simultàniament entremig de les cames, tan enrere com sigui possible	Avaluació de la flexibilitat global del tronc i de les extremitats inferiors	30 cm	35 cm
5. Llançament de pilota medicinal cap endavant. El pes de la pilota medicinal serà de 5 kg per als homes i de 3 kg per a les dones	Potència muscular general i de les condicions d'aplicació a les palanques òssies	6,0 m	6,0 m

## Segona part

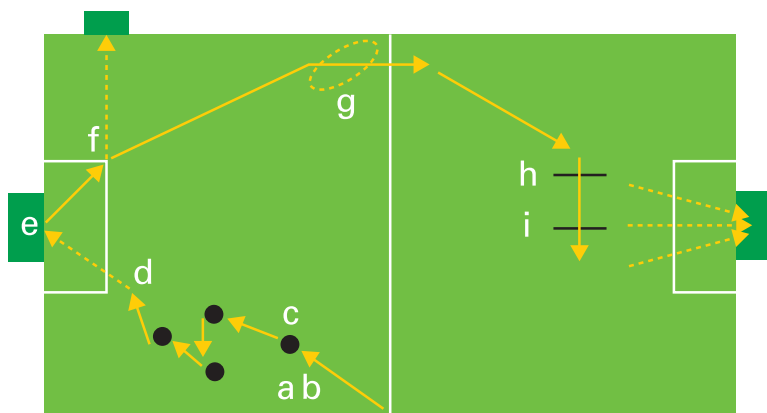
### Objectiu

Avaluar el nivell d'execució de les habilitats fonamentals del futbol.

### Tasques

L'aspirant ha de completar un circuit tècnic que es realitzarà en un camp de futbol de mides reglamentàries, utilitzant pilotes de reglament de l'especialitat, i ha d'incloure, seguint el mateix ordre, els exercicis que s'indiquen en aquest apartat, els quals s'han d'efectuar o iniciar, segons el cas, en el lloc que s'especifica en el gràfic 1:

- Una passada llarga.
- Pilota conduïda amb el peu, en cursa en línia recta.
- Pilota conduïda amb el peu, en cursa en ziga-zaga, salvant 4 obstacles separats 2 metres l'un de l'altre.
- Xutar a porta des de fora de l'àrea.
- Recollir la pilota del fons de la porteria i realitzar una conducció aixecada de la pilota (habilitat dinàmica) fins al vèrtex de l'àrea.
- Xutar amb precisió a una porteria petita (2 m x 1 m), situada a la línia de la banda.
- Efectuar el control de la pilota, provinent d'una passada d'un/a company/a, per fer una paret (1-2) seguida d'una conducció de pilota amb el peu, amb canvi de direcció.
- Impulsar la pilota per passar-la per sota d'una tanca de 50 cm d'alçada i saltar-hi per damunt. A continuació, i sense aturar-se, impulsar amb el peu la pilota per passar-la per damunt d'una altra tanca de 50 cm d'alçada, distanciada 5 metres de l'anterior, i passar-hi per sota.
- Tres xuts a porteria des de fora de l'àrea.



## Prova específica d'accés al 1r nivell de futbol sala

### Primera part

### Objectiu

Valorar la condició física.

Exercici	Valoració	Criteri	
		Homes	Dones
1. Recorregut de 50 metres: recórrer una distància de 50 metres, en un terreny pla, regular i de traçat recte	Velocitat de translació	8,0 s	8,5 s
2. Recorregut de 2.000 metres en un terreny pla i regular	Resistència aeròbica	10 min	12 min
3. Salt vertical	Potència dels principals músculs extensors de les extremitats inferiors	45 cm	35 cm
4. Descalç, amb els peus situats sobre un flexòmetre, flexionar el cos sense impuls, portant els braços simultàniament entremig de les cames, tan enrere com sigui possible	Avaluació de la flexibilitat global del tronc i de les extremitats inferiors	30 cm	35 cm
5. Llançament de pilota medicinal cap endavant. El pes de la pilota medicinal serà de 5 kg per als homes i de 3 kg per a les dones	Potència muscular general i de les condicions d'aplicació a les palanques òssies	6,0 m	6,0 m

## Segona part

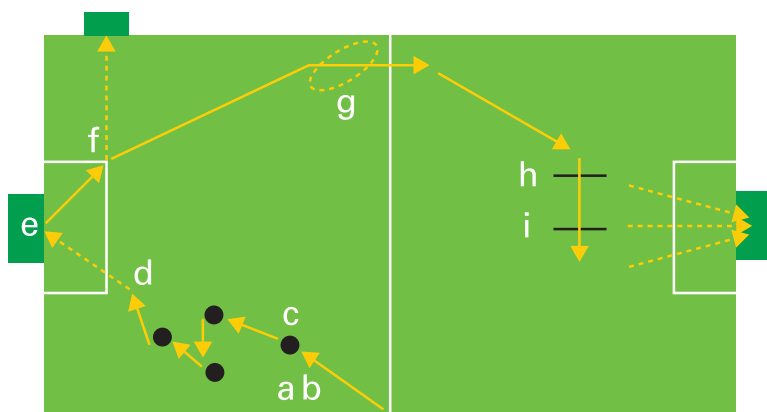
### Objectiu

Avaluar el nivell d'execució de les habilitats fonamentals del futbol.

### Tasques

L'aspirant ha de completar un circuit tècnic que es realitzarà en un camp de futbol sala de mides reglamentàries, utilitzant pilotes de reglament de l'especialitat, i ha d'incloure, seguint el mateix ordre, els exercicis que s'indiquen en aquest apartat, els quals s'han d'efectuar o iniciar, segons el cas, en el lloc que s'especifica en el gràfic 1:

- Una passada llarga.
- Pilota conduïda amb el peu, en cursa en línia recta.
- Pilota conduïda amb el peu, en cursa en ziga-zaga, salvant 4 obstacles separats 2 metres l'un de l'altre.
- Xutar a porta des de fora de l'àrea.
- Recollir la pilota del fons de la porteria i realitzar una conducció aixecada de la pilota (habilitat dinàmica) fins al vèrtex de l'àrea.
- Xutar amb precisió a una porteria petita (2 m x 1 m), situada a la línia de la banda.
- Efectuar el control de la pilota, provinent d'una passada d'un/a company/a, per fer una paret (1-2) seguida d'una conducció de pilota amb el peu, amb canvi de direcció.
- Impulsar la pilota per passar-la per sota d'una tanca de 50 cm d'alçada i saltar-hi per damunt. A continuació, i sense aturar-se, impulsar amb el peu la pilota per passar-la per damunt d'una altra tanca de 50 cm d'alçada, distanciada 5 metres de l'anterior, i passar-hi per sota.
- Tres xuts a porteria des de fora de l'àrea.



## Centres on s'imparteixen les especialitats de futbol i futbol sala

### Centres públics

#### IES Centre d'Alt Rendiment

Av. de l'Alcalde Barnils, s/n  
08173 Sant Cugat del Vallès  
(Vallès Occidental)  
Tel. 936 753 950

#### IES Pere Alsius i Torrent

C. de la Sardana, 17  
17820 Banyoles  
(Pla de l'Estany)  
Tel. 972 570 991

#### IES Joan Oró

Ctra. de Saragossa, km 464,2  
25194 Lleida  
(Segrià)  
Tel. 973 268 399

#### IES Montsià

C. de Madrid, 35-49  
43870 Amposta  
(Montsià)  
Tel. 977 700 043

#### IES Cal·lípolis

Autovia de Salou, s/n  
43006 Tarragona  
(Tarragonès)  
Tel. 977 544 202

#### EFTE de Grad Miei e Superior dera Val d'Aran

Alberg Era Garona  
25598 Salardú  
(Naut Aran)  
Tel. 973 644 595

### Centres privats

#### CFTE Escola Pia de Catalunya

C. de la Immaculada, 25-35  
08017 Barcelona  
(Barcelonès)  
Tel. 932 120 908

## Més informació

### Departament d'Educació

Direcció General d'Ensenyaments Professionals,  
Artístics i Especialitzats

Via Augusta, 202  
Tel. 934 006 900  
08021 Barcelona

### Adreces electròniques

[www.gencat.net/educacio](http://www.gencat.net/educacio)  
[www.xtec.cat/fp](http://www.xtec.cat/fp)