



PLA DE MILLORA DE L'HANDBOL FEMENÍ

**CENTRE D'ALTA TECNIFICACIÓ D'HANDBOL
FEMENÍ**

PROJECTE DE SELECCIÓ CATH
Temporada 2011-12
FEDERACIÓ CATALANA D'HANDBOL

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ

2. OBJECTIUS DEL PROCÈS DE SELECCIÓ

3. FASES DEL PROCÈS DE SELECCIÓ

5. PAUTES D'INTERVENCIÓ POSTERIORS





1. INTRODUCCIÓ

Els **Centres d'Alta Tecnificació d'Handbol Femení (CATH)** són un dels pilars, conjuntament amb el de Seleccions Catalanes, en els quals se sustenta el **Pla de Millora de l'Handbol Femení**. Ambdós programes estan directament relacionats, ja que tenen la finalitat de realitzar la formació continuada de les noies perquè augmentin en línies generals el nivell de l'Handbol Femení Català, buscant un rendiment individual i col·lectiu a mig termini on els principats beneficiats siguin els clubs catalans.

Actualment estan en funcionament dos centres: a Amposta i Esplugues. Fa anys que aquests tipus de centres estan en funcionament, i amb els quals han anat sortint jugadores que han nodrit les Seleccions Catalanes i sobretot han arribat a l'elit de l'Handbol Femení Català.

De cara a la pròxima temporada ens plantejem una millora en l'estructura del programa facilitant l'accés al Centre d'Alta Tecnificació de Esplugues a noies provinents del conjunt del territori català, mantenint les places amb les que contem durant les últimes temporades (16 beques)

Aquest any el funcionament d'ambdós centres ha estat positiu i la majoria de jugadores han complert els objectius marcats. Però, una part de les jugadores acabaran la seva trajectòria, ja que la temporada que ve seran jugadores juvenils. Per tant aquest any esta previst la incorporació de noves jugadores cadets (Any '97)

El projecte que es presenta a continuació està centrat en definir les bases del procés de selecció de jugadores per el Centre d'Alta Tecnificació de cara a la propera temporada '11-'12.

Aquest procés de selecció vol detectar a les jugadores més adequades i que millor s'adaptin a les exigències d'un centre de rendiment d'aquest tipus. Per a això, no només ens fixarem en aspectes tècnics/tàctics i de rendiment actual de les esportistes sinó que intentarem recollir una sèrie de paràmetres antropomètrics, físics, psicològics i sociològics. Així, obtindrem una informació global de les característiques de la jugadora i podrem buscar un rendiment a llarg termini mitjançant el treball diari al centre.





2. OBJECTIUS DEL PROCÈS DE SELECCIÓ

A) A aconseguir amb la Pre-Selecció:

- Detectar el grau d'implicació de les jugadores per a formar part del CATH.
- Seleccionar les jugadores per al CATH de la temporada 2011-2012.
- Aconseguir donar importància i rellevància al fet de ser seleccionada per a formar part del CATH
- Crear una motivació per ser la millor durant el procés de selecció.
- Detectar les jugadores que poden formar part de la Selecció Catalana Cadet durant la temporada '11-'12.

B) A aconseguir durant la Pre-Selecció:

- Detectar les jugadores amb millors condicions per aconseguir arribar a la elit de l'Handbol Català i Estatal.
- Observar l'adaptació de les jugadores l'alt nivell d'entrenament exigít.
- Valorar les capacitats tècnic/tàctiques de cada jugadora durant el desenvolupament del joc.
- Avaluar les característiques antropomètriques i nivell evolutiu de cada jugadora.
- Valorar les capacitats físiques de cada jugadora i la seva capacitat de millora.
- Observar el grau de convivència que mostren respecte a la resta de companyes/entrenadors.
- Conèixer les aspiracions de les jugadores envers la pràctica de l'Handbol.
- Reconèixer els hàbits d'entrenament que tenen les nostres jugadores.
- Identificar els valors que tenen les nostres jugadores envers la pràctica esportiva.





3. FASES DEL PROCÉS DE SELECCIÓ

FASE 1: DETECCIÓ DE JUGADORES CATH

El procés de detecció de les jugadores es porta a terme durant el desenvolupament del Programa de Tecnificació de la Federació Catalana d'Handbol (PTEC). Aquest programa té com a principal objectiu la detecció de talents esportius en handbol en categoria infantil i pretén facilitar als jugadors/es els mitjans necessaris per a que aquests puguin configurar en un futur l'elit de l'handbol a Catalunya.

Durant la passada temporada van realitzar entrenaments de manera periòdica segons les característiques específiques de cada zona de tecnificació. Durant aquests entrenaments els responsables de cada una de les zones són els encarregats de fer el seguiment de les jugadores amb més projecció i condicions per participar en la següent fase del procés de selecció.

Aquests tècnics juntament amb els tècnics de la Selecció Infantil Femenina són els encarregats de fer la proposta de les jugadores que creguin més convenients en funció dels criteris establerts des de la FCH:

- *Condicions en el desenvolupament del joc:* Capacitats tècnic/tàctiques de la jugadora. Nivell de joc que té la jugadora en l'actualitat.
- *Característiques antropomètriques:* No són prioritaris uns valors determinats, però sempre és un factor a tenir en compte.
- *Capacitats físiques:* Capacitat que té la jugadora d'adaptació a l'esforç. Nivell actual de les capacitats físiques (força, resistència, velocitat, flexibilitat, etc).

Per a confeccionar el llistat definitiu de jugadores que participaran en la següent fase del procés de selecció també es tindran en compte les propostes dels diferents clubs i entrenadors vinculats amb la categoria. Sobretot en referència a jugadores que no han participat en el Programa de Tecnificació per motius diversos.



FASE 2: PRE-SELECCIÓ DE JUGADORES CATH

Aquesta activitat està enfocada a realitzar una selecció de les jugadores amb més capacitats de cara a formar part a partir de la pròxima temporada del Centre d'Alt Rendiment en Handbol Femení. Per tant, durant aquest temps s'intentarà completar al màxim la informació disponible de cada jugadora.

Durant l'activitat de preselecció es realitzaran a part d'entrenaments tècnic/tàctics, xerrades informatives, enquestes de satisfacció/valoració, proves físiques, tests psicològics/sociològics, valoració antropomètriques, etc...

L'activitat serà dirigida per la responsable del Pla de Millora de l'Handbol Femení conjuntament amb cinc tècnics de la FCH responsables dels CATH's i de la Seleccions Catalanes Femenines.

El grup de jugadores que formaran part de aquesta activitat estarà composta per unes 40 esportistes de tota Catalunya. L'activitat tindrà lloc a Cerdanyola de la Vallès el proper 22 de Maig en format jornada.



FASE 3: SELECCIÓ DE JUGADORES CATH

La selecció final de les jugadores és l'apartat més important de tot el procés, ja que d'aquí en dependrà que siguin realment les jugadores més complertes les que acabin formant part d'aquests centres.

Després de recollir tota la informació de cadascuna de les jugadores abans i durant les activitats, es realitzarà un informe individual de cada participant. Aquest informe sortirà de l'avaluació de cada un dels paràmetres exposats anteriorment. Cadascun d'ells serà avaluat per separat, segons el següent barem:

| | |
|--|--------------|
| Capacitats Físiques | 25% |
| Condicions en el desenvolupament del joc | 40% |
| Característiques Psicològiques i Sociològiques | 20% |
| Característiques Antropomètriques | 15% |
| MÀXIMA PUNTUACIÓ | 100 % |

De la suma total (màxim 100 punts) dels quatre condicionats sortirà el resultat obtingut per la jugadora. A partir d'aquest moment es durà a terme la selecció de les jugadores a partir d'una classificació segons les aptituds mostrades i recollides a l'informe. Per a això es tindrà en compte les jugadores que prèviament hagin manifestat el seu desig de participar en el programa.

En la realització d'aquesta avaluació i posterior selecció participaran els tècnics participants en l'activitat de preselecció, la Responsable del Pla de Millora de l'Handbol Femení i el Director Tècnic de la Federació Catalana de Handbol.





4. DADES DE L'ACTIVITAT DE SELECCIÓ

LLOC I DATES DE L'ACTIVITAT

- Diumenge 22 de Maig de 9:00 a 20:00 hores
- PARC ESPORTIU MUNICIPAL GUIERA (CERDANYOLA DEL VALLÈS)

JUGADORES PARTICIPANTS

A l'activitat participaran unes 40 jugadores provinents de diferents clubs de tota Catalunya.

* Veure Annexa amb llistat de convocades.

TÈCNICS RESPONSABLES A L'ACTIVITAT

→ Coordinadora Activitat:

- Responsable Pla de Millora de l'Handbol Femení: Dolores Martín

→ Entrenadors:

- Seleccionador Selecció Catalana Cadet Femenina: Andreu Marín
- Seleccionador Selecció Catalana Cadet Femenina: Toni Pérez
- Entrenador CATH Terres de l'Ebre: Ivan Dragic
- Entrenador CATH Esplugues de Llobregat: Bernat Colomer
- Entrenador CATH Esplugues de Llobregat: Pere Arbona

→ Serveis mèdics

- Metgessa: Marian Blabia
- Fisioterapeuta: Per confirmar



HORARI D'ACTIVITATS

| | |
|--------------------|-----------------------------------|
| 9:15 | Convocatòria |
| 9:30 | Presentació activitat |
| 9:45-11:45 | Proves Físiques |
| 11:45-13:15 | Entrenament Tec-Tac Indiv |
| 13:30 | Dinar Grup 1 / Valoracions Grup 2 |
| 14:30 | Dinar Grup 2 / Valoracions Grup 1 |
| 15:15-16:15 | Reunió Informativa CATH + Test |
| 16:30-18:30 | Entrenament Tec-Tac Col |
| 18:30-19:30 | Partits (4 equips) |
| 19:30 | Test i valoració final activitat |
| 20:00 | Fí Convocatòria |

* Es recomana que els familiars no romanguin durant tot el dia a l'activitat. Però si és molt important que puguin assistir a la reunió informativa que es realitzarà a la Sala Polivalent de la Federació Catalana d'Handbol.

REUNIÓ INFORMATIVA FAMILIARS:
SALA POLIVALENT (PEM GUIERA) 19:30 HORES



ACTIVITATS INFORMATIVES

La seva finalitat es mostrar el funcionament dels CATH's a jugadores i pares.

→ Explicació funcionament CATH's jugadores:

Es pretén donar una visió de la importància que representa formar part d'un Centre de Alta Tecnificació. L'objectiu és que les jugadores coneguin el funcionament del centre i siguin conscients de la forma de treballar, dels objectius que es pretenen (humans i esportius) i de les seves responsabilitats.

- Objectius del centre de rendiment (CATH)
- Funcionament residència
- Funcionament institut
- Distribució/quantitat d'entrenaments; continguts a treballar.
- Què implica i representa formar part d'aquest projecte.
- Normes comportament.
- Explicació de la situació actual dels CATH's.

→ Reunió informativa CATH's per les famílies:

Com en el cas de les jugadores la reunió pretén informar del funcionament del centre de tecnificació, es tractaran els següents temes:

- Explicació del Pla de Millora de l'Handbol Femení
- Objectius del Centre de Tecnificació (CATH): humans i esportius
- Explicació del funcionament de les beques per part del CCE (Número de places disponibles. Situació actual del CATH)
- Funcionament residència
- Funcionament institut
- Distribució/quantitat d'entrenaments; continguts a treballar
- Serveis dels quals es disposa
- Què implica/representa formar part d'aquest projecte: Drets i deures
- Normes comportament



5. PAUTES D'INTERVENCIÓ POSTERIORIS

Una vegada consensuada l'elecció de les jugadores que formaran part el pròxim any del centre de tecnificació se seguiran les següents passes:

- Comunicació als clubs implicats de les passes realitzades durant el procés de selecció.
- Comunicació a la jugadora i familiars que ha estat seleccionada per a formar part del programa, especificant el tipus de règim: Intern o Mixta.
- Concertar una reunió individual amb els pares i jugadora per a explicar-los detalladament el programa i si és necessari visitar les instal·lacions del centre de tecnificació.
- Confirmació definitiva de la jugadora que accepta incorporar-se la temporada 2010-10 al programa.
- Informar als clubs de la selecció d'una de les seves jugadores per a formar part del CATH el pròxim any. Explicar-los el programa.
- Reunió conjunta amb totes les jugadores que vagin a incorporar-se al programa. Al mateix centre de tecnificació amb la que participaran els responsables del centre.
- Planificació del treball d'estiu que deuran realitzar les jugadores abans de la seva incorporació al CATH al setembre.
- A primers de setembre incorporació progressiva al funcionament del CATH abans de la data d'inici del curs escolar. Començament d'entrenaments periòdics.
- Incorporació al funcionament del CATH coincidint amb l'inici del curs escolar.

