

## NOM DEL CURS: PARTICIPA A LA COMPETICIÓ CURTA

CONVALIDACIÓ

1,5 crèdits

PLACES

1 / 500

PERÍODES DE REALITZACIÓ

Del 11/11/24 al 30/05/25

PREU

15 €

## DESCRIPCIÓ DEL CURS

Es donarà una visió global dels continguts que fan referència a la preparació física, a l'arbitratge, a les mesures d'higiene i de prevenció, als comportaments de l'esportista a la pista i a altres components que ens ajuden a assolir els objectius per a la millora de la forma física i de la salut mitjançant la pràctica esportiva.

L'oferta de competicions, així com els horaris, estarà publicada al web del SAF i la inscripció corresponent caldrà fer-la en els períodes indicats per a cadascuna.

## OBJECTIU DEL CURS

Donar els coneixements bàsics als i a les alumnes perquè coneguin el ventall de comportaments que es donen a les competicions universitàries i com es poden gestionar i donar una base que permeti una aproximació crítica al món de la competició.

## QUÈ INCLOU

Participació en una competició curta, a escollir entre diferents modalitats que s'ofereixen.

## HORARIS – ON ES FA

El primer dia de la competició corresponent, a l'espai de joc.

## REQUERIMENTS PER A LA REALITZACIÓ I SUPERACIÓ

Sessions pràctiques: Corresponents a les competicions que ofereix el SAF; 2 hores de competició setmanal, a concretar quan hagi començat el curs.

Tutories: A concretar amb el professorat.

## AVALUACIÓ I VALORACIÓ

Per poder fer l'avaluació de l'activitat cal: assistir al 100% de les sessions pràctiques (campionat) o al 85% de les sessions amb causa justificada.

La valoració del curs i la convalidació amb crèdits serà d'Apte/a o No Apte/a

**CONVALIDACIÓ CRÈDITS: no s'acceptaran, en cap cas, sol·licituds de reconeixement acadèmic fora del curs en què s'ha realitzat l'activitat.**

## PROFESSORAT

Per qualsevol dubte pots contactar amb [saf.competicions@uab.cat](mailto:saf.competicions@uab.cat) o amb Carles Sisó a [Carles.Siso@uab.cat](mailto:Carles.Siso@uab.cat)

## COM FER LA INSCRIPCIÓ

**Període d'inscripció:** de l'11 de novembre de 2024 al 30 de juny de 2025.

La inscripció es fa a través del [web de contractació d'activitats](#) (si no tens credencials per a entrar al SAFonline, hauràs de registrar primer les teves dades [aquí](#)). Un cop a dins, tria CRÈDITS en el "Tipus d'Activitats" disponibles).

**Et recordem que:**

- En cap cas es retornarà cap pagament si no és per causes imputables al SAF.
- Cal dur original i fotocòpia dels documents acreditatius que permeten accedir a preus reduïts o de qualsevol altra documentació si escau.
- Per a la notificació de qualsevol canvi o incidència, el SAF contactarà mitjançant SMS o correu electrònic.
- Tingues en compte que si el descarregues, la informació relacionada amb aquest document pot variar. Al web [uab.cat/saf](http://uab.cat/saf) trobaràs sempre actualitzada la darrera versió del document.

**NOTES:**

*És convenient fer-se una revisió mèdica prèvia a l'inici del curs. Amb la inscripció al curs, la persona confirma que està capacitada per poder fer exercici físic i que té constància de l'obligació de comunicar qualsevol canvi que afecti el seu estat de salut.*