

Multiesport (primària)

Descripció de l'activitat:

L'activitat es marca com a fita que els infants descobreixin i s'iniciïn en tot tipus d'esports. En aquest sentit, els participants podran conèixer les normes bàsiques d'alguns esports com el voleibol, el futbol, el bàsquet o el tennis, entre d'altres.

La programació i la manera que treballarem i descobrirem els esports estarà adaptada a les edats dels participants. D'aquesta manera podem oferir l'activitat a tots els cursos que l'entitat vulgui.

Organització:

Els equips i grups estaran formats per participants de la mateixa edat o similar. Les sessions estaran organitzades de tal manera que, a cada una d'elles, es treballi un esport diferent, que es practicarà a través de jocs adaptats a l'edat, circuits, estacions i altres activitats pre-esportives.

Organització:

Dia i grups:

Dilluns i dimecres de 16:30 a 18h

Un grup de 1r, 2n i 3r de primària.

Objectius:

- Treballar diferents tipus de circuits, amb materials diversos, per tal de potenciar les habilitats motrius bàsiques i de mica en mica anar-los enfocant a molts esports diferents.
- Treballar les habilitats motrius bàsiques com poden ser: desplaçaments (corre, caminar), salts, girs i llançaments.
- Treballar la importància de saber guanyar o perdre i el respecte envers els companys.



Programació

La programació que proposem està dividida en mesos, en cada un d'ells es faran diferents esports amb característiques similars.

- Octubre: Esports d'equip coneguts i practicats majoritàriament en el nostre país. Com són el futbol, bàsquet, handbol... esports de pilota
- Novembre: Esports d'equip amb implements (quelcom que portem a la mà realitzant l'esport). Com són l'hoquei, el "pitxi", l'ultimate (amb frisbies)...
- Desembre: Esports individuals, aquí ens centrarem principalment amb disciplines olímpiques d'estadi, sigui amb curses, llançaments o salts.
- Gener: Esports individuals amb implements. Com són els de raquetes, tennis, bàdminton, ping-pong...
- Febrer: Esports individuals amb implements II. Altres no tan populars, com són bitlles, bitlles catalanes, petanca, golf, dards...
- Març: Altres esports d'equip no tan practicats al nostre país. Com són, rugbi, futbol flag, vòlei, futbol tennis/futvòlei...
- Abril: Esports d'equip coneguts i practicats majoritàriament en el nostre país. Com són el futbol, bàsquet, handbol... esports de pilota
- Maig: Esports d'equip amb implements. Com són el hoquei, el "pitxi", l'ultimate (amb frisbies)...