

ACTIVITAT: MULTIESPORT



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 molts d'altres.

Els objectius generals seran els següents:

- Fomentar la pràctica de l'esport.
- Millora dels moviments bàsics de les habilitats i destreses motrius.
- Conèixer i diferenciar els diferents esports.
- Iniciar-se a les normes bàsiques d'un gran número d'esports individuals i col·lectius.
- Practicar moviments i accions esportives a través del joc.

Important diferenciar el treball que es durà a terme segons les etapes de la infància:

- **Educació infantil (P3, P4 i P5)**

Els alumnes d'infantil durant a terme sessions de pre-esport, on es treballarà perquè l'alumne desenvolupi la seva coordinació corporal bàsica, a més de les seves destreses cognitives i algunes de les habilitats físiques encaminades cap a la introducció esportiva, mitjançant principalment el joc lúdic i recreatiu. També potenciarem la seva comunicació social amb companys i monitors. Tota activitat s'haurà de dur a terme respectant les normes marcades prèviament.

- **Educació primària (1r i 2n)**

En aquesta etapa els alumnes d'educació primària ja es troben en una fase d'experimentació de les pròpies possibilitats motrius, comuns a varies activitats físiques i esportives de forma més específiques, com realitzar llançaments, desplaçaments, colpejos, recepcions... Com en l'etapa anterior també predominaran els jocs i activitats recreatives, tot hi que en aquest cas l'adaptació a l'esport serà total, i en molts moments de la programació, l'esport es durà a terme de forma competitiva, és a dir, es faran partits de futbol, bàsquet, vòlei, hoquei, tennis, curses... Sempre respectant els companys, a més de les normes pròpies de l'esport i/o adaptades pels monitors. S'inicia ja el treball cooperatiu amb els companys, per assolir l'objectiu comú, per tant, pren una gran força la comunicació amb els altres.



PROGRAMACIÓ I HORARIS

- La programació estarà dividida en mesos, i 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 el hoquei, el "pitxi", l'ultimate (amb frisbies)...

Desembre

Esports individuals, aquí ens centrarem principalment amb disciplines olímpiques d'estadi, ja 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 tant populars, com són bitlles, bitlles catalanes, petanca, golf, dards, patinatge...

Març

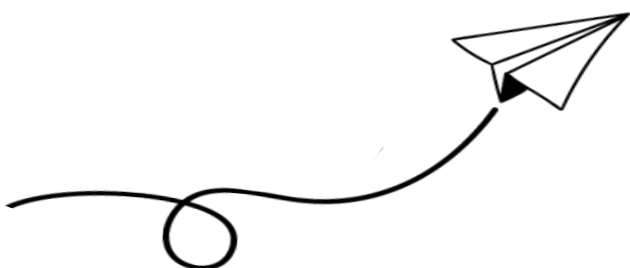
Altres esports d'equip no tant practicats al nostre país. Com són, rugbi, futbol flag, vòlei, futbol tennis/futvòlei...

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)...



- Cada sessió estarà dividida amb els següents horaris:

16:30h: Al principi de cada sessió, els nens/es tindran uns 15 minuts per berenar i jugar lliurement amb el material que treguin els monitors/es, ja relacionat amb la sessió principal i amb l'esport que es durà a terme durant la part principal de l'activitat.

16:45h: Tot seguit s'iniciarà la sessió amb un escalfament a través de jocs relacionats amb l'esport programat, aquesta part tindrà una durada aproximada d'uns 10-15 minuts.

17h: La part principal on es treballarà més l'esport en si, mitjançant jocs, circuits, altres activitats motrius relacionades amb l'esport i per últim la pràctica del propi esport en competició. La seva durada serà d'uns 55 minuts.

17:55h: Verbalització del que s'ha treballat i valoració de la sessió. Recollir material i preparar-se per l'arribada dels pares, mares, familiars o coneguts que els vindran a buscar

Consideracions:

Els nens/es hauran de portar berenar, roba i calçat esportiu. Els monitors aniran a buscar els alumnes a les respectives classes per dirigir-se a fer les activitats. Els familiars que vinguin a buscar els nens/es entraran fins les pistes on hi haurà els alumnes amb els monitors esperant. En cas que s'hagi de donar alguna informació els monitors o coordinador, parlaran amb qui vingui a buscar l'alumne afectat.

