

EXTRAESCOLARS A PARTS IGUALS



“AVENTURA TRAIL”



ÍNDEX

Presentació	3
Introducció	4
Objectius	4
Justificació	5
Organització	6
Metodologia	7
Contacte	8

PRESENTACIÓ

A parts iguals és una associació que es dedica a la promoció del lleure i l'esport d'una forma lúdica, educativa i recreativa.

Us presentem un projecte d'extraescolar dirigit a tots els infants i adolescents que vulguin gaudir del seu temps lliure amb unes activitats lúdiques i esportives a parts iguals.

El nostre objectiu és transmetre els valors i la passió pel lleure i l'activitat física a partir de diferents activitats relacionades amb el món de l'outdoor (a l'aire lliure) i el joc recreatiu. Una activitat on l'infant sigui el focus principal d'actuació i que aquests puguin realitzar les activitats que més els hi agraden d'una forma molt educativa i lúdica.

Tot aquest projecte està recolzat per l'experiència i el treball dels diferents integrants que durant anys s'han dedicat a l'educació i al temps lliure dels infants. Després de varis projectes educatius neix A Parts Iguals, treballant des de diferents àmbits, entre els quals s'hi inclou l'organització d'activitats per infants i joves, ja sigui en el seu període de vacances, com al llarg del curs.



INTRODUCCIÓ

L'Organització Mundial de la Salut (OMS), recomana que els infants i adolescents practiquin com a mínim una hora al dia d'esport moderat.

El sedentarisme i l'obesitat tenen greus repercussions sobre la salut i cal incorporar l'hàbit de ser actius des de petits per convertir-se en adults saludables.

Des de A parts iguals oferim una extraescolar on combinem l'esport i el lleure per crear una activitat on l'infant realitzi esport d'una manera més recreativa, social i sense compromís. Tot i això amb l'objectiu de guanyar en valors, crear hàbits saludables i adquirir les habilitats motrius necessàries per el desenvolupament de l'infant.

Tenint en compte totes aquestes oportunitats que guanyem amb l'activitat física, amb aquesta extraescolar ens proposem anar un pas més enllà i experimentar totes les oportunitats que ens ofereix el medi natural (una oportunitat per conèixer l'entorn que ens envolta).

OBJECTIUS

- Ocupar el temps lliure dels infants a través d'una educació activa i saludable.
- Aconseguir que els infants gaudeixin de l'extraescolar a partir d'una programació atractiva d'activitats de caire lúdic.
- Afavorir l'autonomia i el creixement i desenvolupament personal dels infants a partir de noves vivències i experiències.
- Fomentar la participació i l'esperit crític de l'infant.
- Potenciar els hàbits saludables i actius dels infants.
- Afavorir la descoberta i la interacció amb l'entorn natural, social i cultural proper.
- Potenciar la creativitat dels infants.

JUSTIFICACIÓ

En aquesta extraescolar “AVENTURA TRAIL” un oferim una activitat d’una hora setmanal amb els següents continguts.

- Jocs cooperatius
- Jocs recreatius
- Jocs de persecució
- Aprenentatge de les principals habilitats motrius bàsiques
- Coneixements bàsics d’orientació (a través dels elements naturals, mapes i gps)
- Coneixement de l’entorn a través d’excursions, jocs de pistes i orientació
- Participació al cros escolar municipal i a diferents curses de muntanya municipals
- Disseny de la cursa de muntanya “Caminet dels ibers”
- Creació d’un circuit de “geocaching” per l’entorn de l’escola.

1r Trimestre	2n Trimestre	3r Trimestre
Jocs de coneixement	Jocs de Persecució	Orientació
Jocs cooperatius	Preparació i disseny de les diferents curses	Excursions per l’entorn
Jocs recreatius	Orientació	Creació geocaching
Jocs de persecució	Jocs de pistes	Jocs recreatius
Aprenentatge de les principals HMB	Excursions per l’entorn	Excursions per l’entorn
Coneixements bàsics d’orientació		Cloenda
Excursions per l’entorn		

ORGANITZACIÓ

Destinataris

En una societat on la motricitat queda eclipsada per les noves tecnologies, on les activitats físiques cada vegada es deixen més de banda, on cada vegada són més les activitats individualistes... Aquesta extraescolar va dirigida a tot infant de 1r fins a 6é de primària que vulgui gaudir de la natura carregada d'experiències lúdiques i esportives.

Com que el ritme d'aprenentatge i desenvolupament d'aquests és divers, en centrem amb l'infant d'una manera individualitzada, per tant que encara que a l'activitat hi



hagi un únic grup de nens i nenes de tots els cursos, nosaltres en encarreguem de realitzar activitats segons les necessitats de cada infant o adolescent.

Espais

El punt de trobada i el lloc de referència és l'escola on farem ús d'una manera alternada l'entorn natural i l'espai del pati. En cas de mal temps les activitats s'hauran de traslladar al gimnàs de la mateixa escola.

Monitoratge

Un aspecte clau en la correcta realització de l'extraescolar són els monitors i monitores que la duen a terme. Creiem que es molt important que creguin en allò que estan transmeten i es sentin atrets per aquesta activitat. Per això les persones responsables de l'activitat és necessari que vinguin de l'àmbit del lleure i l'esport.

METODOLOGIA

Des de l'any 2013 organitzem aquesta extraescolar, enguany la duem a terme a diferents escoles de la comarca i amb molt bon resultat. La metodologia és la següent; en el cas de les escoles d'educació primària iniciem l'activitat a les 16:30h quan finalitza la jornada escolar, els infants tenen 30' per berenar i gaudir del temps lliure i a les 17h comencem a desenvolupar l'activitat preparada fins les 18h que finalitza.

Anirem alternant les activitats tant al pati de l'escola com a fora els entorns naturals d'aquesta.



Necessitats:

- Pista poliesportiva o pati exterior per realitzar les activitats.
- Poliesportiu o gimnàs cobert (en cas de pluja)
- Autorització dels familiars a realitzar sortides fora de l'escola
-

Obsequis:

- Samarreta per a tots els participants
- Brúixola petita per a cada participant

CONTACTE:

Correu: lleureiesport@gamil.com

Pàgina web: www.apartsiguals.com

Telèfon: 673475702 (Guillem) 675416002

(Júlia)

