

EXTRAESCOLARS A PARTS IGUALS



“LLEURE I ESPORT”

PSICOMOTRICITAT / MULTIESPORTS

ÍNDEX

Presentació.....	3
Introducció	4
Objectius generals	5
Objectius específics	5
Justificació.....	6
Organització	7
Metodologia	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 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.

Abans de l'aparició del llenguatge, els infants es comuniquen amb tot el cos i és a través d'ell que, a mesura que aprenen i desenvolupen les seves habilitats corporals, van estructurant el pensament, comencen a tenir cert control emocional i també desenvolupen habilitats de relació amb els altres i el seu entorn.

Tenint en compte totes aquestes oportunitats que guanyem amb l'activitat física i el moviment, amb aquesta extraescolar ens proposem anar un pas més enllà i experimentar totes les oportunitats que ens ofereix el nostre cos com a eina per aprendre amb l'ajuda de tota mena de material complementari per a la confecció de les activitats i la pràctica de les diferents modalitats esportives.

OBJECTIUS GENERALS

- 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.

OBJECTIUS ESPECÍFICS

- Conèixer el seu propi cos i identificar les possibilitats d'acció.
- Adquirir i actuar de forma progressiva una actitud autònoma, pel que fa a la resolució de situacions quotidianes i superant dificultats.
- Experimentar, manipular i explorar amb diversos materials, objectes i espais.
- Fer ús de la representació com a mitjà d'expressió i comunicació d'experiències viscudes durant el joc de la sessió.
- Establir relacions afectives positives que facilitin la integració de l'infant en el grup.
- Tenir un primer contacte amb la gran diversitat de modalitats esportives.
- Aprofundir en la gran diversitat de modalitats esportives.
- Conèixer i diferenciar els diferents esports.
- Iniciar-se en les normes bàsiques d'un gran número d'esports individuals i col·lectius.
- Practicar moviments i accions esportives a través del joc.

JUSTIFICACIÓ

En aquesta extraescolar "LLEURE I ESPORT" un oferim una activitat d'una hora setmanal amb els següents continguts.

- Jocs cooperatius
- Jocs recreatius
- Jocs de persecució
- Modalitats esportives
- Control corporal i consciència corporal
- Locomoció
- Els girs
- Manipulació
- L'espacialitat
- La temporalitat
- La coordinació

PROGRAMACIÓ PSICOMOTRICITAT (P3-P5)

1r Trimestre	2n Trimestre	3r Trimestre
Jocs de coneixença	Jocs cooperatius	Jocs cooperatius
Jocs cooperatius	Jocs recreatius	Jocs recreatius
Jocs recreatius	Jocs de persecució	Jocs de persecució
Jocs de persecució	Els salts	Modalitats esportives
Activitat tònica postural	Els girs	Coordinació sensoriomotriu
La lateralitat	Els llançaments	Coordinació global o general
Respiració	Les recepcions	Coordinació perceptivomotora
Sensopercepcions	L'espacialitat	Construcció de l'espai
Desplaçaments naturals	La temporalitat	
Desplaçaments construïts		

PROGRAMACIÓ MULTIESPORTS (1R-6È)

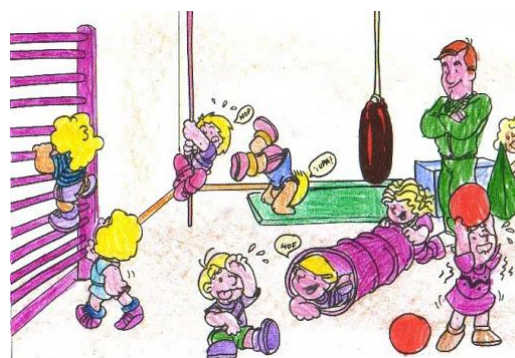
1r Trimestre	2n Trimestre	3r Trimestre
Jocs de coneixença	Jocs cooperatius	Jocs cooperatius
Jocs cooperatius	Jocs recreatius	Jocs recreatius
Jocs tradicionals	Jocs d'atletisme	Jocs del món
Futbol	Handbol	Hoquei
Bàsquet	Vòlei	Beisbol
Rugbi	Ultimate(Frisbies)	Futbolflag
Tenis	Golf	Bàdminton
Petanca	Ping-Pong	Trail running

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 P3 fins a P5, que vulgui gaudir de l'aprenentatge a través del moviment, i a tots aquells alumnes de 1r a 6è que vulguin conèixer i practica tota mena de disciplines/activitats de caire esportiu.

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.



Espais

El punt de trobada i el lloc de referència és l'escola on farem ús d'una manera alternada l'espai de psicomotricitat/ gimnàs i el 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

La metodologia és la següent; iniciem l'activitat a les 16:30h quan finalitza la jornada escolar, els infants tenen 30' per berenar i gaudir del temps lliure acompanyats pel monitor/a i a les 17h comencem a desenvolupar l'activitat preparada fins les 18h que finalitza.

Necessitats:

- Sala Psicomotricitat/Pavelló cobert
- Pati exterior

CONTACTE:

Correu: lleureiesport@gamil.com

Pàgina web: www.apartsiguals.com

Telèfon: 675416002 (Júlia) 673475702 (Guillem)

