

# PLA CATALÀ DE L'ESPORT

## QUÈ ÉS?

Els Departaments d'Educació i de Vicepresidència de la Generalitat de Catalunya, aquest últim mitjançant la Secretaria General de l'Esport, van acordar a finals del 2004 impulsar el Pla Català d'Esport a l'Escola, adreçat principalment a incrementar la participació dels infants i joves en activitats físiques i esportives en el propi centre educatiu. L'Escola Verd forma part d'aquest pla des del curs 2008/2009.

### **La necessitat del Pla**

El Govern de la Generalitat de Catalunya va creure necessari impulsar aquest Pla en base a l'anàlisi d'una sèrie de circumstàncies, entre les quals podem destacar les següents:

- Índex molt reduït de participació de l'alumnat en l'esport escolar sobretot a cicle superior i secundària.
- Increment dels hàbits sedentaris i de l'obesitat, amb una incidència preocupant en la població infantil i juvenil
- Demanda social creixent en matèria de salut i benestar.

### **Objectius del Pla**

El Pla pretén posar a l'abast de tots els alumnes de primària i secundària la pràctica d'activitats físiques i esportives, i aprofitar el gran potencial d'aquestes activitats per contribuir a la formació personal i cívica dels nostres infants i joves. Més concretament, podem destacar els objectius següents:

- Incrementar la participació en activitats físiques i esportives de l'alumnat dels centres educatius de primària i secundària, amb una incidència especial en el col·lectiu de noies.
- Aprofitar el gran potencial educatiu i formatiu de les activitats físiques i esportives, cercant la participació per damunt de la competitivitat.
- Potenciar la funció integradora i de cohesió social de l'esport escolar, facilitant l'accés de tots els nens i nenes a la pràctica esportiva escolar, i en especial dels nouvinguts.
- Contribuir, mitjançant la pràctica esportiva, a la formació en valors com la tolerància, el respecte als altres i a les regles, la confiança en un mateix, l'esforç de superació, l'autocrítica, l'autonomia, la capacitat de decisió, l'autogestió, la cooperació, el treball en equip... entre d'altres.
- Fomentar la pràctica regular d'activitats físiques i esportives i l'adquisició d'hàbits saludables que contribueixin a un millor benestar.
- Formar joves en els valors ciutadans mitjançant la seva participació activa en la gestió de les associacions esportives escolars de nova creació.

# DINS L'ÀREA D'EDUCACIÓ FÍSICA. EN HORARI LECTIU.

## Cicle Inicial

A Cicle Inicial es prioritza el treball de les habilitats motrius bàsiques per tal d'iniciar-se, amb bona base, als esports que es treballaran a partir de Cicle Mitjà (desplaçaments, salts, girs, orientació en l'espai, lateralitat, coneixement del propi cos...).

- Iniciació a l'esgrima
- Iniciació al joc.
- Iniciació al judo.

## Cicle Mitjà

- Iniciació al Futbol.
- Jocs tradicionals.
- Iniciació al Bàsquet.
- Iniciació a l'Atletisme.
- Iniciació a la Gimnàstica Esportiva/Artística Judo.
- Iniciació a l'Esgrima.
- Iniciació al Bàdminton. (4t)
- Iniciació al Tennis-Taula. (3r)

## Cicle Superior

- Mesurem les nostres capacitats condicionals (força, velocitat, flexibilitat i resistència)
- Skate/Patins i patinets
- Beisbol
- Bàsquet
- Futbol (5è)
- Voleibol (6è)
- Judo
- Iniciació a l'Esgrima
- Tècniques de circ (5è)

*Amb la col·laboració del Consell Esportiu del Gironès.*

### **Iniciació al Judo**

P5 a 6è – Setmana del 16 al 28 d'abril. Participem en el Programa de Difusió i Promoció del Judo en Edat Escolar, a través de l'associació Girona-Judo.

### **Trobada de Jocs Tradicionals 1r i 2n**

Lloc i data per determinar. Es tracta d'una trobada amb altres escoles al parc de Fontajau per tal practicar jocs tradicionals.

*Amb col·laboració de les diverses Federacions Catalanes i/o entitats*

### **Iniciació a l'Esgrima**

5è i 6è. Setmana del 7 al 26 de maig amb col·laboració amb la Federació Catalana d'Esgrima.

### **MIFAS a l'escola.**

6è de primària. Divendres 13 d'abril. Bàsquet amb cadira de rodes.

### **Trobada Esportiva Interescolar de 6è de primària.**

Lloc i data per determinar. Trobada dels alumnes de 6è de les escoles públiques de Girona.

## ACTIVITATS PROGRAMADES CURS 2011-12 FORA DEL CENTRE I/O DE L'HORARI ESCOLAR

**16 octubre**

Cursa Carrer Nou. Carrer Nou de Girona. 1r a 6è.

**25 de març.**

Circuit Cros Llera del Ter. Flaçà. P3 a 6è.

**15 d'abril.**

Cursa Ciutat de Girona. Carrer Migdia. P3 a 6è.

**21 d'abril.**

Fase Comarcal de Bàdminton al pavelló de Salt. 3r a 6è.

**22 d'abril.**

Circuit Cros Llera del Ter. Bordils. P3 a 6è.

**5 de maig.**

Fase Comarcal de Tennis-taula al pavelló de Fontajau. 3r a 6è.

**20 de maig.**

Circuit Cros Llera del Ter. Celrà. P3 a 6è.

**26 de maig**

Trobada de Recreació i Esport. P3 a 6è.

**16 de juny**

Trobada de Volei-Sorra a la Devesa de Girona. 1r a 6è.

**Uns dies abans,  
s'informarà de cada activitat,  
mitjançant web i panell de l'escola.**