

# LEURE EDUCAT

# La nostra marca



Gestió d'activitats extra-escolars, casals i cursos de formació



Contacte:  
lleureeducat.cat  
keepmoving.me (blog)  
facebook.com/Lleureeducat  
@Lleureeducat

**Creiem que educar és:  
emocionar i acompanyar!**



# FEM ESPORT

## P3, P4, P5



- **HORARI:** Dilluns i/o Dimecres de 16:00 a 17:30.
- **MONITOR/A:** Neus i Judit
- **RECOLLIDA DEL MONITOR/A:** Parvulari
- **RECOLLIDA i SORTIDA:** C/ Dolors Masferrer

*Fem esport i ens ho  
passem d'allò més bé!*

**11** HEURE  
\*\*  
edUCAT





# FEM ESPORT

Es desenvoluparà una sèrie de continguts que treballarem al llarg del curs:

- Berenar ( 16:00 a 16:15h )

**ESCALFAMENT:** Jocs de lleure

**PART PRINCIPAL:** Treballarem aspectes com la coordinació, la utilització de l'espai i el joc en equip mitjançant jocs de lleure, adaptacions esportives i circuits.

**COOPERACIÓ:** Aplicació del joc cooperatiu.



# PATINATGE

## 1r a 6è



- **HORARI:** Divendres de 16:00 a 17:30.
- **MONITOR/A:** Marta Serra + ajudants/es
- **RECOLLIDA DEL MONITOR/A:** Escales interiors pistes
- **RECOLLIDA i SORTIDA:** C/ Dolors Masferrer

*Aprenem a anar sobre rodes,  
practiquem esports i fem  
coreografies!*



# PATINATGE

Es desenvoluparà una sèrie de continguts que treballarem al llarg del curs:

## MUNTATGE I DESMUNTATGE DELS PATINS

**TÈCNICA BÀSIQUES DE LLISCAMENT:** Endavant, enrere, en 8, creuament de cames...

**PRÀCTICA D'ESPORTS ADAPTATS ALS PATINS:** Mocador, aranya...

**COOPERACIÓ:** Aplicació del joc cooperatiu.

**PREPARACIÓ DE COREOGRAFIA GRUPAL:** ( 3r Trimestre )



# Material Patinatge



Els participants a l'activitat hauran de portar el següent material:

**PATINS:** Poden ser de línia o de 4 rodes.



**PROTECCIONS:** Casc, genolleres, colzeres i canelleres.



# TAEKWONDO

## 1r a 6è



- **HORARI:** Dilluns de 16:00 a 17:30.
- **MONITOR/A:** Naiara i Àngel
- **RECOLLIDA DEL MONITOR/A:** Gimnàs
- **RECOLLIDA i SORTIDA:** C/ Dolors Masferrer

*Practica aquesta art marcial dins de l'escola!*



# TAEKWONDO

Es desenvoluparà una sèrie de continguts que treballarem al llarg del curs.

**Metodologia:** Aproximació al taekwondo amb diferents jocs i exercicis.

**ESCALFAMENT:** Estiraments, exercici aeròbic ( salts, córrer... )

**PATADA:** Tècnica de la patada

**DEFENSA:** Interioritzar correctament les patades inicials de taekwondo.

**CAIGUDA:** Dur a terme les tècniques de caiguda de forma adequada.

# Material Taekwondo

Els participants a l'activitat hauran de portar el següent material:

**DOBOK:** Kimono de Taekwondo



**CINTURÓ:** Els participants que inicien l'activitat han de portar el cinturó blanc. Si ja tenen un cinturó de color, hauran de dur-lo.

*Sistema per punts on aniran pujant de cinturó!*

**NEW!**

# Iniciació Esportiva

1r i 2n



- **HORARI:** Dilluns i/o Dimecres de 16:00 a 17:30.
- **MONITOR/A:** Per concretar
- **RECOLLIDA DEL MONITOR/A:** Escales interiors pistes
- **RECOLLIDA i SORTIDA:** C/ Dolors Masferrer

Practicarem diferents esports i jocs  
cooperatius per passar-ho superbé!

**11** HURE  
\*\*  
edUCAT

  
CEIP Les Corts  
**AMPA**

# NEW!

## Iniciació Esportiva

La iniciació a l'esport ha de ser progressiva, divertida i fomentar la presa de contacte poliesportiva, per posteriorment cercar l'especialització en algun esport.

És per això que creiem que els cursos de 1r i 2n de primària l'activitat esportiva que més s'adapta als nens i nenes és la Iniciació esportiva.

Els nens i nenes que practiquen diferents esports en la infantesa adquireixen patrons motrius més amplis i una major creativitat

**11** HEURE  
\*  
EDUCAT



CEIP Les Corts  
**AMPA**





# Iniciació Esportiva

Esports:

- **Minihandbol**
- **Minibàsquet**
- **Futbol-5**
- **Jocs Cooperatius**
- **Altres esports**

Cada 2-3 mesos practicarem un esport en concret. D'aquesta manera adquirirem les habilitats d'aquest esport que ens serviran per a la resta d'esports.

Els Jocs Cooperatius seran un dels pilars per treballar els esports.

**Possibilitat de realitzar algún partit amb una altra escola o trobada del CEEB**



# Futbol Competició

## 3r – 6è

Els nens i nenes entrenaran dos dies per setmana i competiran al CEEB (Consell de l'Esport Escolar de Barcelona)

D'aquesta manera, formaran un equip, aprendran els valors del treball en equip, cooperació, esforç, superació, solidaritat...

Tot això sense perdre de vista el desenvolupament motriu i social del nen i el JOC com a eina principal per a aprendre i educar.

# Futbol Competició

Metodologia dels entrenaments:

- **Joc d'escalfament:** Joc, forma jugada, joc cooperatiu no propi del futbol per iniciar la sessió.
- **Exercicis i activitats:** Exercicis tècnics i tàctics amb un component de joc per a millorar les habilitats motrius
- **Partit:** Partit per plasmar els continguts apresos
- **Tornada a la calma:** Joc tranquil per rebaixar les pulsacions abans de marxar cap a casa.

La metodologia variarà depenent de la sessió per fer sessions noves i creatives. També farem Jornades dels Valors i alguna activitat conjunta amb bàsquet.

# Futbol Competició

## PRE-BENJAMÍ 3r



- **HORARI: Dimarts i dijous 16:00 a 17:30 h**
- **HORARI COMPETICIÓ LOCAL: Divendres 18:15h**
- **MONITOR/A: Mercè**
- **RECOLLIDA DEL MONITOR/A: Escales interiors pistes**
- **RECOLLIDA i SORTIDA: C/ Masferrer**



# Futbol Competició

## BENJAMÍ 4rt

- **HORARI: Dimarts i dijous 16:00 a 17:30 h**
- **HORARI COMPETICIÓ LOCAL: Divendres 18:15h**
- **MONITOR: Esteban**
- **RECOLLIDA DEL MONITOR/A: Escales interiors pistes**
- **RECOLLIDA i SORTIDA: C/ Masferrer**



# Futbol Competició

## ALEVÍ 5è i 6è

- **HORARI: Dilluns i dimecres 16:00 a 17:30 h**
- **HORARI COMPETICIÓ LOCAL: Divendres 19:15h**
- **MONITOR: Sergio**
- **RECOLLIDA DEL MONITOR/A: Final passadís cicle superior**
- **RECOLLIDA i SORTIDA: C/ Masferrer**



# Bàsquet Competició

## 3r – 6è



Dos equips:

- Benjamí: 3r i 4t

- Aleví: 5è i 6è

- **HORARI: Dimarts i Dijous de 16:00 a 17:30 h**
- **MONITOR/A: Víctor Lafuente, Marta Isern**
- **RECOLLIDA DEL MONITOR/A: Escales interiors pistes**
- **RECOLLIDA i SORTIDA: C/ Masferrer**
- **HORARI COMPETICIÓ LOCAL: Divendres 18:15h**

## Bàsquet Competició

Metodologia dels entrenaments:

- **Joc d'escalfament:** Joc, forma jugada, joc cooperatiu no propi del bàsquet per iniciar la sessió.
- **Exercicis i activitats:** Exercicis tècnics i tàctics amb un component de joc per a millorar les habilitats motrius
- **Partit:** Partit per plasmar els continguts apresos
- **Tornada a la calma:** Joc tranquil per rebaixar les pulsacions abans de marxar cap a casa.

La metodologia variarà depenent de la sessió per fer sessions noves i creatives. També farem Jornades dels Valors i alguna activitat conjunta amb futbol.

# FUTBOL I BÀSQUET COMPETICIÓ

## INICI DE LA COMPETICIÓ

20 – 21 d' Octubre

## CALENDARIS

Surten els definitius divendres 13 d'Octubre.

Us els repartirem la setmana entrant (15 i 19 d'Octubre)

**ORIENTATIU!!**

## CONVOCATÒRIES PARTITS (30 minuts abans de l'inici del partit)

US DEMANEM UNA COL·LABORACIÓ AMB EL MONITOR/A PER TAL DE FACILITAR LA COMUNICACIÓ A L'HORA DE LES CONVOCATÒRIES AMB EL TELÈFON DE CONTACTE I UNA DIRECCIÓ DE CORREO ELECTRÒNIC. (Fitxa de dades personals a retornar)

# FUTBOL I BÀSQUET COMPETICIÓ

**Setembre**

És necessari comunicar al monitor el dorsal (número) que duran a l'esquena. Si hi hagués algun germà que reutilitza l'equipatge comentar-ho al monitor/a responsable.

Per encarregar la roba cal anar a la

**BOTIGA PROMOBA** : c/ Eugeni d'Ors



# FUTBOL I BÀSQUET COMPETICIÓ



## CEEB. NIVELL ESCOLAR

### MATERIAL DIARI

- Roba esportiva i còmoda i bambes.

### DOCUMENTACIÓ REQUERIDA:

- Fotocòpia de la targeta sanitària CAT SALUT
- Fotocòpia del DNI
- 1 Foto de carnet



- 
- 
- Més informació a:

[www.lleureducat.cat](http://www.lleureducat.cat)

- Notícies, fotos i molt més a:



Lleureducat Educar Divertint





# Dubtes i preguntes

**Josep Bofill**  
**Coordinador d'activitats extraescolars**  
**Lleureducat, CEIP Les Corts**  
Club Lleuresport de Barcelona

