



FORMACIÓ EN VALORS A L'AMBIT ESPORTIU ESTIU 2024

Consell Esportiu
Alt Empordà

DESTINATARIS

Joves nascuts el 2009.

HORARI

De dilluns a divendres de 09:00 a 13:00h .

LLOC

Escola Josep Pallach, Figueres.

CALENDARI

Del 1 al 26 de Juliol.

ACTIVITATS

- Formació teòrico-pràctica prèvia al monitoratge esportiu
- Sortides a l'aire lliure i BTT
- Esports col·lectius i individuals
- Activitat al medi natural i aquàtic
- Valors aplicats en les diferents modalitats esportives





FORMACIÓ EN VALORS A L'ÀMBIT ESPORTIU

La Formació en Valors en l'àmbit esportiu es tracta d'una activitat dirigida a joves nascuts l'any 2009 (cursant 3r d'ESO). Aquesta es realitzarà a l'escola Josep Pallach de Figueres al llarg del mes de juliol en horari de 09:00 a 13:00h i de dilluns a divendres.

És una proposta que combina una formació teòrico- pràctica d'activitats esportives, entre elles esports individuals i col·lectius, activitats a l'aire lliure i activitats aquàtiques, fomentant en tot moment de manera transversal l'esport i l'educació valors.

Des del Consell Esportiu, apostem per aquesta proposta de formació en període de vacances d'estiu per donar resposta a tots aquells joves que per edat no puguin realitzar casals ni les formacions reglades que oferim des de la nostra entitat.

Considerem aquesta formació com un pas previ al monitoratge esportiu, tots els joves que hi participin començaran a adquirir un seguit de nocions bàsiques per tal de conèixer diferents disciplines esportives i els valors que impliquen cada una d'elles, a més d'obtenir un seguit d'eines metodològiques per tal d'ensenyar-les davant de grups en un futur com a monitors.

Aquest curs és una formació **no reglada** de la qual els participants rebran un certificat d'assistència per part del CEAE (No equival al curs de premonitor).

OBJECTIUS

Des del CEAE ens marquem els següents objectius d'aprenentatge, tot ells es treballaran de manera transversal al llarg de totes les activitats proposades.

Objectius generals

- Potenciar les habilitats motrius i socials d'una forma eficient i coherent amb l'edat
- Fomentar el respecte per la natura
- Potenciar la creativitat
- Fomentar els hàbits de vida saludables
- Educar en el civisme i convivència
- Contribuir al creixement integral dels joves



- Educar en valors i adquirir nous coneixements en relació a l'activitat física i l'esport
- Fomentar la participació i convivència en període de vacances escolars d'estiu

VALORS QUE POTENCIEM AL LLARG DE LA FORMACIÓ

<p><u>RESPECTE</u> Saber acceptar les derrotes esportivament</p>	<p><u>SALUT I ALIMENTACIÓ</u> En una societat amb un estil de vida cada vegada més sedentari, l'activitat física es un bon mitjà per transmetre uns hàbits més saludables</p>	<p><u>PARTICIPACIÓ I RESPONSABILITAT</u> S'han de sentir responsables de les activitats essent capaços d'organitzar, tenir iniciativa, prendre decisions i valorar les activitats realitzades</p>
<p><u>DEMOCRÀCIA</u> Defensem els mètodes democràtics, on no es discrimina a ningú, fent que la presa de decisions respongui a la voluntat col·lectiva dels membres del grup a partir del que s'ha votat de manera lliure i autònoma</p>	<p><u>LLIBERTAT INDIVIDUAL</u> Tots els participants tenen dret a decidir i expressar les seves idees de manera lliure, sempre que sigui amb respecte vers els altres</p>	<p><u>TOLERÀNCIA, SOCIALITZACIÓ I INTEGRACIÓ</u> L'esport i el lleure poden servir com a eina de cohesió d'una comunitat evitant que les activitats es converteixin en un mitjà diferenciador de les classes socials</p>
<p><u>MEDI AMBIENT</u> L'entorn natural i el seu desenvolupament sostenible és compatible amb el progrés i amb moltes activitats que s'hi poden desenvolupar</p>	<p><u>LLUITA, ESFORC I SACRIFICI</u> S'animarà als participants a que reflexionin sobre el que fan i el que passa al seu entorn, potenciant la capacitat de proposar i gestionar accions alternatives per a la millora col·lectiva i individual</p>	<p><u>COOPERACIÓ</u> Intentant evitar que es puguin donar sentiments de superioritat o impotència, de marginació o no acceptació per part d'algun dels seus integrants</p>
<p><u>AUTONOMIA</u> Les diferents activitats organitzades estan pensades per a afavorir que els nens i nenes desenvolupin les seves capacitats cognitives, físiques i humanes</p>	<p><u>NORMATIVA</u> S'establirà una normativa bàsica que ensenyarem als participants i que es podrà complementar amb les seves aportacions</p>	



CONTINGUTS DE LA FORMACIÓ

Els participants rebran una FORMACIÓ TEORICO-PRÀCTICA que implicarà l'aprenentatge dels següents continguts:

- ✓ Valors del joc i l'esport en Edat Escolar
- ✓ Els valors de l'activitat físicoesportiva
- ✓ Educació i esport: tècnics, pares i mares, i esportistes.
- ✓ Recursos metodològics en l'ensenyament de l'activitat física i esport.
- ✓ Valors aplicats en esports individuals i col·lectius.
- ✓ Esports individuals i col·lectius
- ✓ Esports a l'aire lliure
- ✓ Activitats en el medi aquàtic
- ✓ Esports alternatius

CALENDARI I HORARIS

Juliol 2024						
DL	DT	DC	DJ	DV	DS	DG
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

	CURSOS	CONTINGUT
	SETMANA 1 (del 1 al 5 de juliol)	ESPORTS INDIVIDUALS
	SETMANA 2 (del 8 al 12 de juliol)	ESPORTS I ACTIVITATS A L'AIRE LLIURE
	SETMANA 3 (del 15 al 19 de juliol)	JOCS TRADICIONALS I ESPORTIUS + ACTIVITATS AQUÀTIQUES
	SETMANA 4 (del 22 al 26 de juliol)	ESPORTS COL·LECTIUS
<i>El contingut setmanal pot variar en funció de la necessitat del grup</i>		
HORARI		
Franja Matí de 09:00 a 13:00h		

PREU DEL CURS

El preu del curs és únic per les 4 setmanes de juliol i és de 170,00€