

XALAPATIS CIUTADELLA

M^aANGELS CARDONA

ARMAND ANGLADA, SERGI CARRERAS, ADRIÀ CAPÓ, JOSEP ARGUIMBAU

CONTEXTUALITZACIÓ:

El xala-patis, va adreçat principalment a incrementar la participació dels joves en activitats físiques i esportives en els primers patis del tercer trimestre en el propi centre educatiu. També, pretén emprar aquestes pràctiques per a la difusió i educació en valors, millorar la convivència i l'adquisició d'hàbits saludables.

Objectius:

1. Incrementar la participació en les activitats físiques i esportives.
2. Proposar un model de pràctica global i poliesportiva.
3. Aprofitar el gran potencial educatiu i formatiu de les activitats físiques i esportives cercant la participació i diversió per damunt de la competitivitat.
4. Potenciar la funció integradora i facilitar la cohesió social mitjançant les activitats físiques i esportives.
5. Contribuir mitjançant la pràctica esportiva a la formació amb valors com la tolerància, el respecte als altres i a les regles, la confiança amb un mateix, l'esforç de superació, l'auto crítica, l'autonomia, la capacitat de decisió, l'autogestió, la cooperació i el treball en equip, entre altres.

Actuacions:

1. Creació de la figura del dinamitzador esportiu escolar: **El tutor de joc.**
Representat per alumnes del cicle de grau superior formatiu TAAFE: Josep Arguimbau, Adrià Capó, Sergi Carreras i Armand Anglada.
 - Treballa valors de joc net.
 - Utilitza el joc com a una oportunitat per explicar el reglament.
 - Treballa per facilitar un joc dinàmic i divertit.
 - Orienta i contribueix a l'aprenentatge esportiu.
 - Reforça actituds positives.
2. Elaboració i coordinació del calendari d'activitats entre el professorat del cicle, el departament d'EF i els alumnes tutors del programa.
3. Reposició de material necessari.
4. Difusió del programa entre els alumnes de 1r i 2n ESO a les classes d'EF.
5. Pràctica dels jocs i activitats que inclourà el programa.
6. Elaboració d'equips.
7. Explicació de criteris de puntuació.

8. El programa s'iniciarà amb una proposta pilot de dues-tres setmanes de durada on combinarem la competició de futbol i bàsquet, ja proposades per el centre, amb els jocs proposats per nosaltres com a petita introducció al possible projecte que s'iniciarà al finalitzar el torneig de futbol i tenis taula actualment actiu per el mateix institut. Els alumnes s'apuntaran a les classes d'EF quan els tutors de joc facin la presentació, tanmateix, disposaran d'un e-mail de contacte per inscripcions, així com un espai de consulta on també podran inscriure's i aclarir dubtes en relació a la inscripció, normes dels jocs, etc...
9. La publicació de tota la informació del programa: calendari, pistes de joc, indumentària necessària, regles, explicació dels jocs, sistema de puntuació, equips i resultats actualitzats, es trobarà a la web del centre i al racó de Xalapatis16, que estarà ubicat al Hall del centre.

ACTIVITATS QUE REALITZEM.

Dividirem les activitats que realitzarem en tres blocs diferents on cada una tindrà un monitor responsable diferent:

- Esports (bàsquet i futbol).
- Jocs alternatius (dins - fora - surt i colpbol)
- Estacions de jocs cooperatius.

Les dues primeres setmanes les organitzarem de manera que puguem informar als grups del centre, tant de 1er com de 2on, i posar-lo en pràctica els dies en els qual no es dugui a terme el torneig actual proposat per el propi centre. La repartició de les activitats durant les dues primeres setmanes quedaria de la següent manera:

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
JOCs: DINS - FORA - SURT I COLPBOL	TORNEIG VIGENT PEL CENTRE	DESCANS	TORNEIG VIGENT PEL CENTRE	JOCs: COLPBOL I DINS - FORA - SURT

**PRE-PROGRAMA QUE ES DURÀ A TERME A PARTIR DE LA FINALITZACIÓ
DEL TORNEIG VIGENT PER EL INSTITUT.**

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Futbol 4x4	<u>Dins-fora-surt</u> (Fusió de 2 equips)	LLIURE	Futbol 4x4	<u>Dins-fora-surt</u> (Fusió de 2 equips)
Bàsquet 4x4	<u>Colpbol</u> (Fusió de 2 equips)	LLIURE	Bàsquet 4x4	<u>Colpbol</u> (Fusió de 2 equips)
JOCS COOPERATIUS			JOCS COOPERATIUS	

CONDICIONANTS:

1. Qualsevol equip que sigui inscrit haurà de participar en tots els esports i jocs que estiguin homologats al calendari.
2. Si algun equip es nega participar en algun esport podrà ser penalitzat amb algun punt negatiu.

EXPLICACIÓ DE LES ACTIVITATS.

A continuació adjuntem una fitxa relacionada amb cada activitat que realitzem, on s'introdueixen les normes més bàsiques i una breu explicació dels jocs menys coneguts.



FUTBOL

1. ES JUGARÀ UN 5 CONTRA 5.
2. ELS CANVIS ES REALITZEN DURANT L'ATAC.
3. SI FAN GOL, TREU L'ALTRE EQUIP DES DE MIG CAMP.
4. ELS SERVEIS DE BANDA ES FAN AMB LES DUES MANS.
5. DURANT EL JOC NOMÉS POT AGAFAR LA PILOTA AMB LES MANS EL PORTER I DINS LA SEVA ÀREA.
6. TOTS ELS PARTICIPANTS DE L'EQUIP HAN DE JUGAR.
7. SI ES PRODUEIX UNA ACCIÓ INCORRECTA, TRAURÀ LA FALTA L'EQUIP CONTRARI.



BÀSQUET

1. ES JUGARAN PARTITS DE 4X4.
2. LES CISTELLES PROPERES VALDRAN 1 PUNT I ELS TRIPLES 2 PUNTS.
3. TRAUrà L'EQUIP CONTRARI AL QUE FA PUNT, DES DE MIG CAMP.
4. QUAN UN EQUIP COMET UNA INFRACCIÓ (PASSOS, FALTA,...) TREU L'EQUIP CONTRARI.
5. CADA VEGADA QUE ES CANVIÏ L'EQUIP ATACANT HA DE SORTIR DE LA ZONA DE TRIPLE ABANS DE PODER TIRAR.
6. ELS PARTITS DURANT 14 MINUTS. (DEPENENT DELS EQUIPS INSCRITS).
7. ELS CANVIS ES FARAN MENTRE EL PROPI EQUIP ÉS ATACANT.



COLPBOL

- 1. JOC DE COLPEIX AMB LES MANS, BRAÇOS O PART SUPERIOR DEL COS.**
- 2. CAP JUGADOR POT COLPEJAR LA PILOTA DUES VEGADES SEGUIDES.**
- 3. ELS EQUIPS HAN DE SER MIXTES.**
- 4. ES POT AGAFAR LA PILOTA DURANT 3 SEGONS.**
- 5. TREURE LA PILOTA DE LES MANS DEL RIVAL SERÀ MOTIU DE FALTA.**
- 6. UN TOC INTENCIONAT AMB LES CAMES O PEUS ÉS MOTIU DE FALTA.**



DINS - FORA - SURT

1. L'ESPAI DE JOC ESTÀ DELIMITAT PEL PERÍMETRE QUE ENGLOBA LES BASES O "MARES", I HI HA TRES ZONES DIFERENCIADES:
 - La mare grossa, en un extrem del camp, on es col·loquen tots els membres d'un equip i en la qual no poden ser eliminats pels de l'altre equip.
 - Les altres mares que, juntament amb la grossa, delimiten el terreny i poden variar en nombre segons les dimensions de l'espai de joc.
 - L'interior del camp, on se situen els membres de l'altre equip, dispersats, vigilant les bases i els llançaments a fi de poder capgirar les posicions.
2. SI UN CORREDOR ÉS FERIT, POT AGAFAR LA PILOTA I LLANÇAR-LA ALS ADVERSARIS ABANS QUE ARRIBIN A LA MARE GROSSA. SI HO ACONSEGUEIX, HI HA CANVI DE ROLS I ES POT REPETIR LA SEQÜÈNCIA.
3. EL NOMBRE DE JUGADORS QUE PODEN QUEDAR A CADA BASE ÉS INDETERMINAT; MENYS A LA PRIMERA QUE N'HI HA D'HAVER UN.
4. SI EL RECEPTOR AGAFA LA PILOTA EN L'AIRE, LA DEIXA A TERRA I TOT L'EQUIP SURT CORRENTS CAP A LA MARE GROSSA. ELS ALTRES AGAFEN LA PILOTA I INTENTEN FERIR ALGÚ ABANS QUE ARRIBIN.



JOCS COOPERARTIUS

1. CADA SETMANA DURANT ELS DIES QUE ES REALITZARÀ EL TORNEIG DE ESPORTS I JOCS TAMBÉ ES REALITZARAN JOCS COOPERATIUS.
2. AQUETS JOCS COOPERATIUS SERVIRAN PER PODER ACONSEGUIR PUNTS EXTRES PER EL TEU EQUIP DURANT CADA FINAL DE SETMANA.
3. ES PLANTEJARÀ UN JOC COOPERATIU DIFERENT DURAN CADA SETMANA EN EL QUAL S'APUNTARÀ LES DADES QUE HAURÀ OBTINGUT EN AQUELL JOC CADA EQUIP.
4. A FINAL DE SETMANA ES RECOLLIRAN LES DADES DE CADA EQUIP I ELS TRES PRIMERS EQUIPS REBRAN 3,2 I 1 PUNTS EXTRES RESPECTIVAMENT.
5. L'EQUIP NOMÉS PODRÀ REALITZAR EL REPTE O JOC COOPERATIU UNA VEGADA PER DIA.

ESTRUCTURA DE COMPETICIÓ.

Com ja hem dit abans, es jugarà una lliga de futbol i bàsquet conjuntament amb els jocs. L'estructura de la competició dependrà dels equips que s'apunten (fins DIJOURS 21 de Abril).

➤ **CREACIÓ DELS EQUIPS:**

- MÍNIM 6 JUGADORS I MÀXIM 9
- PODEN SER INTERCLASSES (A/B, 1r/2n)
- S'HAURÀ DE POSAR UN NOM A L'EQUIP (es puntuarà l'originalitat)

➤ **SISTEMA DE PUNTUACIÓ:**

A més dels punts que s'aconsegueixin amb les victòries, hi haurà una sèrie de punts extres:

- VICTÒRIA → +3 PUNTS
- EMPAT → +2 PUNTS
- DERROTA → +1 PUNT
- EQUIP MIXTE → +1 PUNT
- PARTICIPACIÓ DE TOTS → +1 PUNT
- EQUIPACIÓ (mateix color) → +1 PUNT

I al contrari, també es tindran en compte una sèrie de conductes inadequades com:

- MAL COMPORAMENT → -1 PUNT (acumulables si se'n produeixen més d'una)
- FALTA DE PUNTUALITAT → -1 PUNT
- EN CAS DE NO PARTICIPAR A TOTS ELS JOCS O NEGAR-SE → -1 PUNT

PER MÉS INFORMACIÓ: [**xalapatiscardona@gmail.com**](mailto:xalapatiscardona@gmail.com)

