



CURS'
20-21

PROPOSTA D'ACTIVITATS

per a centres educatius i professorat d'EF



FÒRUM per al Professorat d'Educació Física 2020













ÍNDEX

- **Activitats per a Centres d'Educació**
 - Plans de Promoció
 - Concurs Cultural Esportiu
 - Juguem net al Baix Llobregat
 - Trobades de Centres d'Educació
 - Bateig de Mar
 - Jornades d'orientació
 - Dels jocs paralímpics al pati de l'escola
 - Pedals a l'Escola
 - Pedals al Parc
 - Tallers de promoció esportiva per a centres d'educació especial
 - Taller làser-run
 - Escalada a l'escola
 - Jornades Baix Dance
 - Jornades esportives als centres educatius: Juga Verd Play a classe
 - Be active, be heathy
 - Educa Verd Play
 - Tallers de promoció esportiva
- **Activitats formatives per al professorat d'Educació Física**
- **Lligues locals per a escoles i entitats.**
- **Monitor/a d'activitats de dinamització en l'àmbit poliesportiu**
- **Activitats formatives per als dinamitzadors/es del PCEE**
- **Activitats formatives per als tut@rs de joc dels Jocs Escolars**
- **Premis Edurecerca**
- **Esport Popular**
- **El CEBLLOB present a les xarxes**
- **Calendari d'activitats de promoció per a centres educatius 20/21**

ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - PLANS DE PROMOCIÓ





Préstec del material esportiu necessari de l'esport escollit durant un trimestre a un centre educatiu. La petició es farà mitjançant la web www.cebllob.cat.

ESPORT	MATERIAL ESPORTIU
 BADMINTON	27 RAQUETES + 3 TUBS DE 6 VOLANTS + 2 XARXES
 BEISBOL	PRIMÀRIA: 10 GUANTS DE BEISBOL + 10 BOLES TOVES + 2 BATS D'ESCUMA SECUNDÀRIA: 10 GUANTS DE BEISBOL + 10 BOLES DURES + 2 BATS D'ALUMINI
 TENNIS	PACK ESPORTIU: 27 RAQUETES + 30 PILOTES DE MINITENNIS
 ATLETISME	1 PILOTA MEDICINAL 1 kg + 3 JAVALOTS D'ESCUMA + 3 DISCS DE 500g + MICRO TANQUES + 1 MARTELL TOU
 HOGUEI HERBA	27 ESTICS + 15 BOLES
 HANDBOL	14 PILOTES
 VOLEIBOL	MINIVOLEIBOL: 9 PILOTES MINIVOLEIBOL + 1 XARXA PORTAPILOTES VOLEI-PLATJA: 9 PILOTES VOLEI PLATJA + 1 XARXA PORTAPILOTES
 FUTBOL AMERICÀ	PRIMÀRIA: 3 PILOTES MINI + 12 CINTURONS DE FLAG FUTBOL
 KORFBAL	2 CISTELLES TELESCÒPIQUES
 RUGBY	8 PILOTES

ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - PLANS DE PROMOCIÓ

També hi ha la possibilitat d'adquirir algun d'aquests packs de material esportiu per a alguna activitat puntual (màxim 15 dies).

La petició d'aquests 3 packs es farà mitjançant al correu electrònic: alex@cebllob.cat.

 <p>LACROSSE</p>	<p>2 BOSSES DE 12 PALS DE LACROSSE + 6 PILOTES 4 PORTERIES</p>
 <p>ESGRIMA</p>	<p>PRIMÀRIA: 20 SABRES D'ESCUMA + BOSSA NILÓ SECUNDÀRIA: 10 CARETES + 10 SPADETTOS + 5 PROTECTORS NOIA + 1 BOSSA NILÓ</p>
 <p>BITLLES CATALANES</p>	<p>1 JOC DE BITLLES = 6 BITLLES i 3 BITLLOTS</p>
 <p>TAMBORÍ</p>	<p>15 TAMBORINS + 20 PILOTES DE TENNIS</p>

ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - PLANS DE PROMOCIÓ

Petició dels Plans de Promoció:

FULL DE PETICIÓ

A la nostra pàgina web www.cebllob.cat trobaràs el full de Petició.

Omplir el full directament a la web

Esperar la nostra confirmació del pack esportiu

Vine a les nostres oficines a recollir material

Tant el lliurament com la recollida s'han de realitzar a les oficines del Consell Esportiu.

IMPORTANT

- Límit per centre*:
 - Màxim préstec de 2 packs esportius per trimestre.
 - Màxim préstec d'1 pack del mateix esport en tot el curs.

*Excepte si no s'omplen totes les peticions possibles

*En cas de pèrdua o malbé del material serà obligatòria la seva reposició

Inscripcions obertes a partir del dilluns 14 de setembre a partir de les 9.00 hores!

ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - CONCURS CULTURAL ESPORTIU

Objectiu → Desenvolupar les qualitats artístiques i literàries dels nois/es a través de l'esport com a manifestació cultural.



Categoria / Curs	Anys naixement	Cicle	Pintura-dibuix	Mascota	Redacció	Fotografia	Vídeo	Bloc Esportiu
Prebenjamina (1r i 2n)	2013-2014	Primària	✓	✓				
Benjamina (3r i 4t)	2011-2012		✓	✓				
Alevina (5è i 6è)	2009-2010		✓	✓				
Infantil (1r i 2n)	2007-2008	Secundària	✓	✓	✓	✓	✓	
Cadet (3r i 4t)	2005-2006				✓			
Entitat								✓

Els millors treballs en àmbit comarcal en totes les modalitats del Concurs, rebran un obsequi.

Pintura-dibuix: El treball realitzat ha de ser original en un full DIN-A4 i representatiu de l'esport. Les tècniques que es poden utilitzar són lliures.

Mascota: Creació d'una mascota representativa de l'esport. Treball original en DIN-A4 i utilització lliure de la tècnica emprada.

Redacció: Elaboració d'una redacció, article periodístic o entrevista que reflecteixi l'activitat esportiva. El treball presentat ha d'estar en català, original i ha de tenir una extensió aproximada de 100 línies mecanografiades, per una sola cara i en paper DIN-A4.

Fotografia: Treball original que ha de reflectir l'esport. Les fotografies no poden ser retocades i amb mida estàndard 15x20 cm.

Vídeo: Ha de ser representatiu de l'esport i els valors associats. L'original ha de ser lliurat en format de vídeo comprimit .mpeg. en un cd o dvd. Pot tenir una durada màxima de 3 minuts. La producció audiovisual és lliure, curtmetratge, lipdub, animació, ...

Bloc: Ha de ser de temàtica esportiva, en català i es valorarà a més del disseny, els continguts publicats entre l'1 de setembre i el 9 d'abril.

Data límit per al lliurament de treballs al Consell Esportiu del Baix Llobregat: Divendres 9 d'abril de 2021.

ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - CONCURS JUGUEM NET AL BAIX LLOBREGAT

Seguint la base del concurs Joc Net impulsat la Unió de Consells Esportius de Catalunya, amb la col·laboració del Consell Català de l'Esport i el grup de treball "Ètica i Valors a l'Esport Català", el Consell Esportiu del Baix Llobregat posa en marxa per cinquè any el **Concurs Juguem Net al Baix Llobregat**.

Objectiu → Que tots els participants dels JEEC i del PCEE coneguin i acceptin les normes de Joc Net necessàries per participar en qualsevol activitat esportiva.

Adreçat a → Tots els participants dels JEEC i del PCEE.

Procediment de participació:

- Enviar el full de "Manifest d'acceptació de les normes per participar en els JEEC i/o PCEE".
- Il·lustrar una de les vuit normes.
- Afegir dues normes personals que desitjaríeu incloure en aquest manifest.
- D'entre tots els participants s'escolliran les 3 millors propostes que rebran un premi en material esportiu.

Data límit → Divendres 9 d'abril de 2021.



ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - TROBADES DE CENTRES D'EDUCACIÓ

Cada any, els Consells Esportius de Catalunya, treballem en l'organització de jornades ludicoesportives amb l'objectiu de promocionar l'esport des d'un vessant recreatiu i lúdic i col·laborar en l'educació integral dels joves en edat escolar amb els centres d'educació.

Durant aquestes jornades es realitzen un conjunt d'activitats ludicoesportives sense resultat ni classificació de cap mena on els joves s'interrelacionen amb alumnes d'altres centres a la vegada que assimilen el coneixement de noves disciplines esportives.

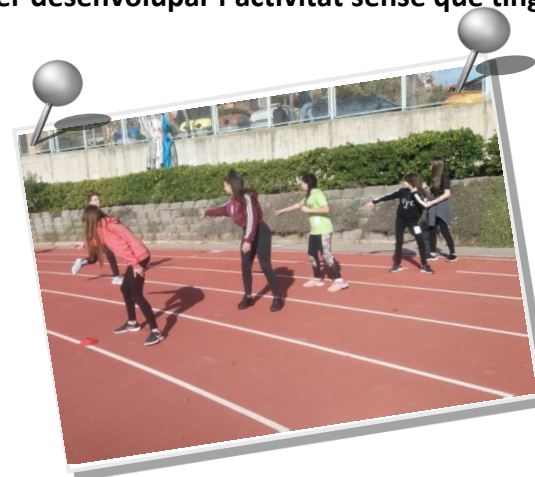
Des del Consell Esportiu del Baix Llobregat, organitzem 8 modalitats a **nivell COMARCAL**, on convoquem a tots els Centres d'Educació de Primària i Secundària de la Comarca.

Tanmateix com a novetat el Consell Esportiu us donarà la possibilitat de fer trobades al mateix centre educatiu. Només cal que envieu les vostres propostes i necessitats a alex@cebllob.cat i buscarem la millor fórmula per desenvolupar l'activitat sense que tingueu que sortir del vostre centre.

TROBADES D'ATLETISME: 2 TROBADES

Dirigida a → alumnes de 1r i 2n de Secundària
Data → dimecres 17 de febrer de 2021
Lloc → Gavà (Estadi Municipal de la Bòbila)
Preu → 4,50 € per participant.

Dirigida a → alumnes de 5è i 6è de Primària
Data → dimecres 10 de març de 2021
Lloc → Gavà (Estadi Municipal de la Bòbila)
Preu → 4,50 € per participant.



TROBADES DE RUGBI: 2 TROBADES

Dirigida a → alumnes de 5è i 6è de Primària
Data → dimecres 24 de febrer de 2021
Lloc → Estadi Municipal (Cornellà de Llobregat)
Preu → 4,50 € per participant.

Dirigida a → alumnes de 3r i 4t d'ESO
Data → dimecres 27 de gener de 2021
Lloc → Estadi Municipal (Cornellà de Llobregat)
Preu → 4,50 € per participant.

TROBADES DE BEISBOL: 2 TROBADES

Dirigida a → alumnes de 3r i 4t de Primària
Data → dijous 13 de maig de 2021
Lloc → Camp Municipal Beisbol i Softbol Can Torelló
(Gavà)
Preu → 4,50 € per participant.

Dirigida a → alumnes de 1r i 2n d'ESO
Data → dijous 20 de maig de 2021
Lloc → Camp Municipal Beisbol i Softbol Can Torelló



TROBADA DE JOCs POPULARS

Dirigida a → alumnes de 3r i 4t de Primària
Data → dimecres 7 d'abril de 2021
Lloc → Sant Feliu de Llobregat (Camp Futbol Municipal Les Grasses)
Preu → 4,50 € per participant.

TROBADA DE JOC DEL MÓN

- Dirigida a →** alumnes de 1r i 2n de Primària
Data → dimecres 5 de maig de 2021
Lloc → Santa Coloma de Cervelló (Camp de Futbol Eusebi Güell)
Preu → 4,50 € per participant.



TROBADA DE JOC COOPERATIUS

- Dirigida a →** alumnes d'Educació Infantil (P5)
Data → dimecres 28 d'abril de 2021
Lloc → Sant Andreu de la Barca (Can Salvi)
Preu → 4,50 € per participant.



TROBADA LÚDICA D'EDUCACIÓ INFANTIL

- Dirigida a →** alumnes de P3 i P4
Data → dimecres 12 de maig de 2021
Lloc → Platja de Castelldefels (Carrer Onze)
Preu → 4,50 € per participant.

TROBADA DE JOCS I ESPORTS ALTERNATIU

- Dirigida a** → alumnes de 3r i 4t de Primària
Data → dimecres 26 de maig de 2021
Lloc → Platja de Castelldefels (Passeig Marítim amb Carrer Onze)
Preu → 4,50 € per participant.



TROBADA LÚDICA AQUÀTICA

- Dirigida a** → alumnes 2n de Primària
Data → dimecres 16 de juny de 2021
Lloc → Piscina Municipal l'Escorxador (Sant Feliu de Llobregat)
Preu → 4,50 € per participant.

Per formalitzar la inscripció a cada jornada caldrà omplir el full d'inscripció corresponent i retornar-lo via correu electrònic (alex@cebllob.cat). Les reserves es realitzaran en funció de l'ordre d'arribada d'inscripcions.

Trobareu la butlleta d'inscripció on-line i més informació de cada trobada al nostre web www.cebllob.cat dins l'apartat "Activitats Escoles" secció "Trobades".

Inscripció a totes les trobades → Les inscripcions s'obriran durant el matí del dilluns 14 de setembre de 2020.

ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - BATEIG DE MAR

Lloc → Escola de Vela Garbí (Club Nàutic de Castelldefels) Platja de CASTELLDEFELS.

Dies → De dilluns a divendres des del 15 de març fins al 18 de juny.

Grups → Màxim 60 i mínim 25 per dia, des de 3r de Primària fins a Batxillerat.

(Per inscripcions menors o majors poseu-vos en contacte amb el Consell Esportiu)

Imprescindible saber nedar.

Horari → Dins de l'horari d'activitat 10-13 hores, es poden escollir diverses opcions per dur a terme l'activitat.

• OPCIÓ A:

Activitat: Bateig de Vela → Es dividirà el grup en tants subgrups com rotacions siguin necessàries per a que cadascun faci una rotació navegant en catamarà d'uns 25 minuts i realitzi d'altres activitats de platja amb material esportiu (futbol platja, volei platja, beisbol, rugbi, freesbe).

Inclou accés als vestidors amb dutxes. En cas de climatologia adversa es proposaran activitats de Bodyboard i activitats a la sorra.

Preu → 12€ per participant

• OPCIÓ B:

Activitat: Bateig Nàutic → Es dividirà el grup en tants subgrups com siguin necessaris. L'alumnat farà activitats de catamarà, Kayak i Paddle Surf.

Inclou accés als vestidors amb dutxes. En cas de climatologia adversa es proposaran activitats alternatives (Surf, Bodyboard,...) i activitats a la sorra.

Preu → 20€ per participant

• OPCIÓ C:

Activitat: Iniciació al Surf → Activitat d'iniciació al surf.

Inclou accés als vestidors amb dutxes. En cas de climatologia adversa es proposaran activitats alternatives (Kayak, Paddle Surf,...) i activitats a la sorra.

Preu → 27€ per participant

Objectiu → L'objectiu dels Batejos de Mar és donar a conèixer les activitats aquàtiques a la població en edat escolar de la comarca del Baix Llobregat per mitjà d'una activitat de descoberta i d'iniciació a bord d'un catamarà i a través de diferents activitats aquàtiques a la platja.

Inscripció → Es realitza directament per la pàgina web del Consell Esportiu del Baix Llobregat www.cebllob.cat. Aquestes reserves es realitzaran en funció de l'ordre d'arribada d'inscripcions. Les inscripcions s'obriran durant el matí del dilluns 14 de setembre de 2020.



ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - JORNADES D'ORIENTACIÓ

Lloc → A ESCOLLIR:
Parc de Can Vidalet (Esplugues de Llobregat).
Parc Nou (El Prat de Llobregat)
Parc de Can Mercader (Cornellà de Llobregat).

Dies → De dilluns a divendres de 10:00 a 12:25 hores (a concretar amb el centre educatiu).

Grups → Mínim de 50 alumnes a un màxim de 100.
(Per inscripcions menors o majors poseu-vos en contacte amb el Consell Esportiu del Baix Llobregat)

→ Des de 3r de Primària fins a 6è de Primària.



Activitat → Dins de l'horari d'activitat 10:00 – 12:25 hores, el grup es dividirà en 3 subgrups. Cadascun d'aquests grups començarà per una activitat d'orientació diferent.

Les proves dissenyades per a la jornada d'orientació són les següents:

- *Cursa d'orientació* (els alumnes hauran de trobar les fites amagades per tot el parc amb l'ajuda d'un mapa).
- *Posa tu les fites* (el alumnes amagaran les fites per un espai determinat. Els altres participants hauran de trobar aquestes fites amagades).
- *Fites una a una* (amb l'ajuda d'un mapa del parc els alumnes hauran de resoldre les diferents proves indicades a cada pista).

Objectiu → L'objectiu d'aquesta activitat és donar a conèixer les curses d'orientació a la població en edat escolar de la comarca del Baix Llobregat.

Preu → 6,00 € per alumne.

Inclou → Material necessari per curses d'orientació (mapes, pistes i bolígrafs).

Inscripció → Es realitza directament a través de la pàgina web del Consell Esportiu del Baix Llobregat www.cebllob.cat.

Aquestes reserves es realitzaran en funció de l'ordre d'arribada d'inscripcions. A partir del dilluns 14 de setembre de 2020.

ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - DELS JOCS PARALÍMPICS AL PATI DE L'ESCOLA

Lloc → Al propi centre educatiu (preferentment gimnàs o pista poliesportiva coberta).

Dies → A concertar amb el Consell Esportiu (durada 2 hores).

Grups → Màxim 36 i mínim 24 alumnes per cada taller pràctic.
→ Alumnes d e 5è i 6è de Primària i 1r, 2n, 3r i 4t Secundària.

Activitat → El taller que es desenvoluparà durant la sessió té un caràcter fonamentalment pràctic i es basa en activitats esportives que formen part dels Jocs Paralímpics que es poden posar en pràctica sense grans dificultats en qualsevol centre educatiu: *Atletisme, Futbol 5, Goalball i Voleibol Assegut*.

Objectiu → L'objectiu d'aquest taller és oferir a l'alumnat la possibilitat de practicar algunes modalitats paralímpiques (Atletisme, Futbol 5, Goalball i Voleibol).

Preu → 4,50 € per alumne.

Material → Per tal d'evitar la necessitat de comptar amb materials o espais específics per al desenvolupament d'alguns d'ells (cadira de rodes, piscina, arcs, etc.), el Consell Esportiu del Baix Llobregat proposa una activitat dissenyada de tal manera que cada centre educatiu pugui continuar posteriorment desenvolupant aquest tipus d'activitats amb material accessible.

Inscripció → Es realitza directament a través de la pàgina web del Consell Esportiu del Baix Llobregat www.cebllob.cat. Aquestes reserves es realitzaran en funció de l'ordre d'arribada d'inscripcions. A partir del dilluns 14 de setembre de 2020.



ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - PEDALS A L'ESCOLA

L'activitat "Pedals a l'Escola" és una jornada ludicoesportiva, que pretén promocionar la pràctica del ciclisme entre la població en edat escolar de la comarca del Baix Llobregat.

"Pedals a l'Escola" cerca introduir els infants de la comarca en el món del ciclisme des d'un vessant educatiu i lúdic, aprofitant el gran potencial formatiu de la pràctica esportiva per al desenvolupament integral de les persones.

Objectius:

- Millorar les habilitats motrius bàsiques.
- Millorar les tècniques específiques del ciclisme.
- Fomentar la pràctica regular d'activitat física regular i l'adquisició d'hàbits saludables.
- Conèixer les normes de seguretat vial.

Adreçat a → Alumnes de 5è i 6è de Primària.

On → PARC CICLISTA DEL LLOBREGAT: Avinguda Baix Llobregat amb carrer Sant Martí de l'Erm (Cornellà, Esplugues de Llobregat, Sant Joan Despí i Sant Just Desvern).

Horari → Dins de l'horari d'activitat (9.45-12.35 hores) es dividirà el grup en 4 subgrups. L'activitat constarà de 8 rotacions de 15-20' cadascuna amb una parada de 15' a la meitat del matí per esmorzar. Es realitzaran dos blocs durant el matí on cadascun constarà de 4 rotacions.

Inscripció → L'activitat es pot realitzar els dilluns, dimecres o divendres, des del 1 d'octubre al 21 de juny, i segons disponibilitat.

Per qüestions d'organització es fixarà un mínim d'inscripcions per centre de 40 alumnes i un màxim de 50 (*per inscripcions majors o menors poseu-vos en contacte amb el Consell Esportiu del Baix Llobregat*).

Inscripcions obertes a partir del dilluns 14 de setembre de 2020.

Preu → 6,00 € per alumne. La data límit per anul·lar i/o fer el pagament de la reserva és de 15 dies abans de l'activitat. **Tota reserva no pagada dins d'aquest termini, quedarà automàticament anul·lada.**

La data límit per a modificar la reserva és de 10 dies abans de l'activitat. A partir d'aquest moment, la variació permesa del nombre de participants serà de 10%. Si la reducció supera el 10% establert, es cobrarà l'excés.

Un cop realitzat el pagament, cal enviar el comprovant d'aquest a comite@cebllob.cat.

Es faran reemborsaments només en cas de suspendre l'activitat per qüestions meteorològiques.



ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - PEDALS AL PARC

Aquesta activitat combina la descoberta del parc de la Font Santa amb el foment de la mobilitat sostenible. Al Parc ciclista del Llobregat es dur a terme un taller de mecànica i d'habilitats en bicicleta, coneixen el servei Bicibox i seguidament amb la bicicleta es visita el parc de la Font Santa, on al llarg del recorregut coneixen la seva història, les vinyes i horts, la biodiversitat, ... i aprenen els valors ambientals que aporten els parc a les ciutats.

Objectius:

- Millorar les habilitats motrius bàsiques.
- Millorar les tècniques específiques del ciclisme.
- Fomentar la pràctica regular d'activitat física regular i l'adquisició d'hàbits saludables.
- Conèixer les normes de seguretat vial.
- Donar a conèixer els valors ambientals del parc de la Font Santa.
- Fomentar la mobilitat sostenible.



Adreçat a → Alumnes de 5è i 6è de primària.
Alumnes de 1r i 2on de secundària.

On → PARC CICLISTA DEL LLOBREGAT i Parc de la Font Santa (Sant Joan Despí).

Horari → De 9.45h a 13.00h.

Inscripció → Servei de Reserves del Programa Metropolità d'Educació per la Sostenibilitat (PMES), de l'Àrea Metropolitana de Barcelona.

Tel 93. 238 93 51 (reserves.pmes@amb.cat)

Directament al web:

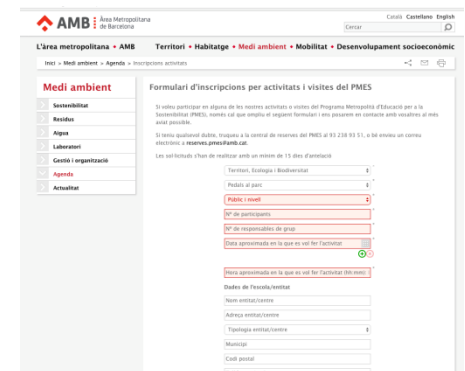
<http://www.amb.cat/web/medi-ambient/sostenibilitat/educacio-per-a-la-sostenibilitat/activitats>

Accediu al tema: *sostenibilitat* → *educació* → *per a la sostenibilitat* → *activitat educativa*.

Les activitats son limitades.

Preu → Gratuït.

Data d'inici activitat → pendent de confirmació.



ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - TALLERS DE PROMOCIÓ ESPORTIVA PER A CENTRES D'EDUCACIÓ ESPECIAL

Lloc → Al propi centre educatiu (preferentment gimnàs o pista poliesportiva coberta).

Dies → A concertar amb el Consell Esportiu (durada 2 hores).

Grups → Alumnes de centres d'Educació Especial (flexibilitat a les edats).

Activitats:

A
opció **Taller de Jocs Cooperatius**

B
opció **Taller de Jocs Populars**

C
opció **Taller de Jocs del Món**

D
opció **Taller de Jocs Alternatius**



Objectiu → L'objectiu d'aquest taller pràctic és oferir a l'alumnat la possibilitat de practicar jocs i activitats físicoesportives alternatives.

Preu → 4,00 € per participant.

Inscripció → Es realitza directament a través de la pàgina web del Consell Esportiu del Baix Llobregat www.cebllob.cat. Aquestes reserves es realitzaran en funció de l'ordre d'arribada d'inscripcions. A partir del dilluns 14 de setembre de 2020.

ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - LÀSER RUN (CÒRRER I TIRAR)

Lloc → Al propi centre educatiu.

Dies → A concertar amb el Consell Esportiu (durada 2 hores).

Grups → Mínim 20 alumnes per cada taller pràctic.

Preu → 3€ per participant.

Material → Dianes, pistoles, espadets.

Activitat → La sessió es dividirà en dues parts (1h per cadascuna d'aquestes).

- **Taller d'esgrima:**

- Desplaçaments bàsics.
- Inici al combat.
- Material: Espadets de plàstic i caretes de protecció.

- **Taller de tir:**

- Mecànica de tir de precisió, aspectes posturals, respiratoris i de concentració.
- Material: Pistoles làser i blancs electrònics.

Inscripció → Es realitza directament a través de la pàgina web del Consell Esportiu del Baix Llobregat www.cebllob.cat. Aquestes reserves es realitzaran en funció de l'ordre d'arribada d'inscripcions. A partir del dilluns 14 de setembre de 2020.



ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - ESCALADA A L'ESCOLA

Objectiu → L'objectiu d'aquesta activitat és oferir als centres d'educació un medi i recursos per donar a conèixer l'escalada a la població en edat escolar de la comarca del Baix Llobregat.

Us facilitem dues alternatives d'activitats a la comarca:

A opció

Lloc → CEM Estruch, El Prat de Llobregat

Dies → Dilluns, dimecres o divendres de 10h a 13h

Grup → Màxim 50 alumnes i mínim 25 alumnes

Des de 1r de Primària fins a Batxillerat

Inscripció → Directament mitjançant el Departament d'Esports de l'Ajuntament de El Prat de Llobregat (93 379 00 50)

Preu → En funció de l'opció escollida

Activitat → Podeu escollir diversos programes en funció de les preferències del centre:

Tres activitats rotatives en dues opcions: Taller, Escalada, Audiovisual o Taller, Escalada i Activitats Esportives.

B opció

Lloc → Parc Can Mercader (Cornellà de Llobregat).

Grups → Des de 1r de Primària fins a Batxillerat.

Preu → En funció de la opció escollida.

Inclou → Material necessari per l'escalada (arnès, cordes, casc).

Inscripció → Es realitza mitjançant la pàgina web <http://www.escolamuntanya.org>.



ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - JORNADES BAIX DANCE

Jornada d'exhibició oberta a totes les modalitats rítmiques/coreogràfiques: zumba, acroesport, aeròbic, jazz, funky, hip-hop, break dance, balls de saló, freestyle, etc.

Lloc → A concretar.

Data i horari → A concretar.

Adreçada a:

→ Alumnes de 1r fins a 6è de Primària.

→ Alumnes de 1er d'ESO fins a Batxillerat.

Condicions de participació:

- Jornada oberta a tots els centres d'Educació Primària i Secundària del Baix Llobregat. Caldrà fer arribar les inscripcions amb el format correcte al Consell Esportiu via email: paula@cebllob.cat.
- Data límit d'inscripció (a concretar en cada jornada).
- La inscripció serà gratuïta.
- Per participar tot esportista, haurà de tenir l'assegurança esportiva tramitada pel curs 2020 – 2021, a través del PCEE o dels JJEE.
- La durada de la coreografia en format mp3 tindrà un màxim de 5 minuts. Caldrà especificar el temps en la inscripció.



ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ – JORNADES ESPORTIVES ALS CENTRES EDUCATIUS: JUCA VERD PLAY A CLASSE !!

Es tracta d'una jornada esportiva que es desenvoluparà en el propi centre educatiu i que té per finalitat primera donar a conèixer el model de competició JUCA Verd Play i fomentar la vivència directa dels diferents rols que contempla el programa per part dels alumnes participants.

Així doncs, es pretén que els centres educatius comencin a familiaritzar-se amb el programa JUCA Verd Play mitjançant el Departament d'Educació Física i que alhora, sigui aquest, el que faci d'interlocutor per articular un possible treball transversal amb altres assignatures (anàlisi estadístic de dades, dinàmiques de votació per agent,...).

Continguts de l'activitat: L'activitat es desenvoluparà en dos dies:

Bloc teòric: dia 1

Es realitzarà una xerrada preliminar d'1 hora de durada amb la finalitat d'explicar els diferents rols existents dins del JUCA Verd Play així com tot el desenvolupament de la jornada i el seu funcionament.

Bloc pràctic: dia 2

Es portarà a terme una competició, dividint al grup classe en equips amb la finalitat que tots experimentin els diferents agents que formen el programa: dinamitzador de joc, tècnic, tutor de grada i públic.

Lloc → Al propi centre educatiu.

Dies → A concertar amb el Consell Esportiu.

Objectius:

- Donar a conèixer el model de competició JUCA Verd Play dins dels centres educatius.
- Fomentar la interrelació entre els alumnes dels diferents cursos/grups classe.
- Prioritzar la part més lúdica de l'esport per damunt de la competitivitat.
- Potenciar valors com la cooperació, l'autoestima, la tolerància, la implicació, la integració i la responsabilitat.
- Donar a conèixer les noves tecnologies com a eina educativa.

Adreçat a → Alumnes de primària i secundària.

Calendari → Els dies i horaris de realització es determinaran entre el centre educatiu (professor responsable del grup) i el Consell Esportiu. L'activitat es pot realitzar de dilluns a divendres, en horari de matí o tarda, segons disponibilitat. El taller teòric té una durada de 1 hora i el bloc pràctic de 1,5 hores. Cal contactar amb el Consell Esportiu per telèfon al 93 685 20 39 o per correu a Alex Gómez (comite@cebllob.cat).

Preu → Gratuït.



ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - BE ACTIVE, BE HEALTHY

L'obesitat i el sobrepès són un veritable problema en la salut mundial, amb importants conseqüències físiques i emocionals que afecten el benestar social general. Tot i que aquesta qüestió no és, ni pot ser, la més important dins de l'àmbit educatiu, sí que hem de donar resposta, de manera raonable, a la inquietud social que genera tant en les famílies com en els responsables públics.

L'obesitat entre els nenes i adolescents ha augmentat a tot el món, prenent en aquests últims anys proporcions alarmants en molts països, esdevenint un problema greu que s'ha d'abordar amb urgència.

En efecte, la presència d'aquest alt percentatge de nens i joves amb sobrepès i obesitat ha esdevenit el detonant de nombroses investigacions, estudis i programes d'iniciativa pública i privada.

És per això, que des del Consell Esportiu del Baix Llobregat hem confeccionat el '**Be active, be healthy**' on a través de jocs populars amb l'objectiu de fomentar l'aprenentatge dels hàbits saludables i una alimentació equilibrada.

A més a més, aquest programa, tal i com el seu nom indica, **serà efectuat en anglès**, sempre tenint present el nivell dels escolars a l'hora de fer la presentació i realització de l'activitat.

Aquest programa està pensat per donar a conèixer als escolars què suposa l'obesitat, el sobrepès i el sedentarisme i com promoure de manera eficaç, un estil de vida saludable dins de l'entorn escolar, a casa i en la comunitat.

Lloc → Al mateix centre educatiu. Recomanable disposar dels següents espais per dur a terme l'activitat:

- Pati, pista exterior o gimnàs.
- Lavabos per rentar-se les mans.

Dies → A concertar amb el Consell Esportiu a través de promosalut@cebllob.cat (durada 1 hora). La inscripció es formalitzarà a través d'aquest mateix correu electrònic.

Adreçat a → Alumnes de 3r, 4t, 5è i 6è de primària i 1r i 2n de secundària (grup- classe de 25 alumnes).

Preu → El preu per sessió d'una hora serà de 35€.

Aquestes reserves es realitzaran en funció de l'ordre d'arribada d'inscripcions. **El període d'inscripció finalitzarà el proper 16 d'octubre de 2020.**



ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - EDUCA VERD PLAY

“Educa Verd Play: situacions per a l’aprenentatge de valors a l’educació física” és un conjunt de recursos adreçat al professorat d’EF que hem elaborat des del Consell Esportiu del Baix Llobregat amb la col·laboració d’un grup de professors i mestres d’Educació Física liderat pel Dr. Carles González.

Aquesta publicació pretén ser una eina complementària al model de competició Juga Verd Play que vàrem implementar a la nostra comarca durant el curs 2013-14 i té per finalitat facilitar la incorporació del treball dels valors mitjançant l’activitat física i l’esport en qualsevol de les unitats didàctiques que el professorat tingui programades. Podeu descarregar-vos el document complet en el següent enllaç:

<http://cebllob.com/EDUCAVERDPLAY.pdf>

Esperem aprofiteu i gaudiu de la seva lectura!



Els valors també comptem i tots hi participem!

EDUCA VERD PLAY
SITUACIONS PER A L'APRENTATGE DE VALORS A L'EDUCACIÓ FÍSICA
PRIMÀRIA I SECUNDÀRIA

CONSELL ESPORTIU del Baix Llobregat
Generalitat de Catalunya
esportcat
Consell Comarcal del Baix Llobregat
UCEC

Titularitat:
Consell Esportiu del Baix Llobregat
Coordinació:
Carles González Arévalo
Meritxell Monguillot Hernando
Autors:
Lluís Almirall Batet, Josep M^a Piuachs Núñez i Carles Zurita Mòn

Un agraïment especial a tota la família del Juga Verd Play: esportistes, dinamitzadors i dinamitzadores de joc, tècnics i tècniques, professorat d'educació física, famílies, pares i mares, entitats esportives, centres educatius, Ajuntaments i amics i amigues de la comarca del Baix i Llobregat.

ACTIVITATS PER A CENTRES D'EDUCACIÓ - TALLERS DE PROMOCIÓ ESPORTIVA



Rugbi



Voleibol



Bàsquet



Beisbol

Lloc → Al propi centre educatiu.

Dies → A concertar amb el Consell Esportiu.

Grups → Per classe.

Proposta → Horari lectiu i possible continuïtat en horari no lectiu.

Inscripció i preu → El preu per sessió d'una hora serà de 35€.

En el cas dels centres del PCEE tindran l'opció de descomptar-ho de l'ajut econòmic concedit (màxim de 3 sessions subvencionables per centre).

La inscripció finalitzarà el proper 16 d'octubre de 2020.

Tots els plans de promoció excepte el de beisbol es formalitzaran a través de paula@cebllob.cat. Pel que fa al pla de promoció de beisbol es farà mitjançant promobeisbol@cebllob.cat.

ACTIVITATS FORMATIVES PER AL PROFESSORAT D' EDUCACIÓ FÍSICA

Enguany les propostes formatives adreçades al Professorat d'Educació Física seran les següents:

Formacions

Paula Blesa: paula@cebllob.cat
 Joseto Valverde: joseto@cebllob.cat

On line

01

7 de setembre
 FÒRUM PER AL PROFESSORAT D'EF 2020

02

22 de Setembre
 COM GESTIONAR-NOS EMOCIONALMENT DAVANT LA INCERTESA

03

14 d'Octubre
 ED. FÍSICA DE QUALITAT. IDEES I RECURSOS PER FER-LA MÉS COMPETENCIAL I INNOVADORA

04

3 Novembre
 40 ANYS D'ESPORT AL BAIX LLOBREGAT: ACTIVITATS I RECURSOS DIDÀCTICS PER A LES CLASSES D'EF

05

26 de Novembre
 DESIGUALTATS I DIVERSITATS DE GÈNERE A L'ESPORT

06

9 de Desembre
 EINES TECNOLÒGIQUES PER AL DOCENT D'EF

Presencial

07

16 de Gener
 LES ACTIVITATS DIRIGIDES A L'ESCOLA

08

6 de Febrer
 ACTIVITATS DOLCES

09

15 de Febrer
 JORNADA FORMATIVA ESQUI/SNOW

10

6 de Març
 DEFENSA PERSONAL APLICADA A L'EF

11

20 de Març
 CIRC A L'ESCOLA

12

24 d'Abril
 ESCAPEROOM A L'EDUCACIÓ FÍSICA

13

15 de Maig
 MARXA NÒRDICA

ACTIVITATS FORMATIVES PER AL PROFESSORAT D' EDUCACIÓ FÍSICA

Formació pluridisciplinar per al professorat d'Educació Física. Curs 20-21		
1 Fòrum per al professorat d'Educació Física.	4 hores	7 de setembre de 2020
2 Com gestionar-nos emocionalment davant la incertesa.	2,5 hores	22 de setembre 2020
3 Ed. Física de Qualitat. Idees i recursos per fer-la més competencial i innovadora.	2,5 hores	14 de octubre 2020
4 40 anys d'esport al Baix Llobregat: Activitats i recursos didàctics per a les classes d'EF.	2,5 hores	3 de novembre 2020
5 Desigualtats i diversitats de gènere a l'esport.	2,5 hores	26 de novembre 2020
6 Eines tecnològiques per al docent d'EF.	2,5 hores	9 de desembre 2020
7 Les activitats dirigides a l'escola.	4,5 hores	16 de gener 2021
8 Activitats dolces.	4,5 hores	6 de febrer 2021
9 Jornada formativa d'esquí/snow.	7 hores	15 de febrer 2021
10 Defensa personal aplicada a l'Educació Física	4,5 hores	6 de març 2021
11 Circ a l'Escola	4,5 hores	20 de març 2021
12 EscapeRoom a l'Educació Física	4,5 hores	24 d'abril 2021
13 Marxa Nòrdica.	4,5 hores	15 de maig 2021

1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + 7 + 8 + 9 + 10 + 11 **50 hores**

Suma de vuit o més activitats formatives **40 hores**

Suma de sis o més activitats formatives **30 hores**

Suma de quatre o més activitats formatives **20 hores**

Suma de tres o més activitats formatives **15 hores**

Aquest **Pla de Formació per al Professorat d'Educació Física** és un projecte que el Departament d'Ensenyament podrà certificar conjuntament i sumant les tretze activitats formatives per poder tramitar certificacions de reconeixement de **50 hores** sempre que el professorat hagi participat en un mínim del 80% de les hores programades, o bé certificacions de reconeixement de **40 hores** quan sumant vuit o més propostes formatives completin un total de 40 hores, o bé certificacions de reconeixement de **30 hores** quan sumant sis o més propostes formatives completin un total de 30 hores, de **20 hores** quan sumant quatre o més propostes formatives completin un total de 20 hores i superin el 80% d'assistència a les hores lectives, i de **15 hores** quan sumant més de tres propostes formatives completin un total de 15 hores i superin el 80% d'assistència a les hores lectives

LIGUES LOCALS PER A ESCOLES I INSTITUTS (DE DILLUNS A DIVENDRES)

Es tracta de portar a terme lligues locals on es realitzarà un calendari de competició per proximitat per a centres educatius tant de primària com de secundària

A continuació us expliquem en que consistiran aquestes lligues:

- **QUÈ?**
 - ✓ De dilluns a divendres en horari no lectiu.
 - ✓ La competició podrà setmanal, quinzenal o mensual.
 - ✓ Llicència de Jocs Escolars 20-21 obligatòria per participar.

- **COM?**
 - ✓ Donant prioritat als equips d'extraescolars d'AFA sense participació actual en competicions.
 - ✓ La participació en aquest tipus de lligues podria ser un incentiu per la millora de la nota de l'assignatura d'educació física.



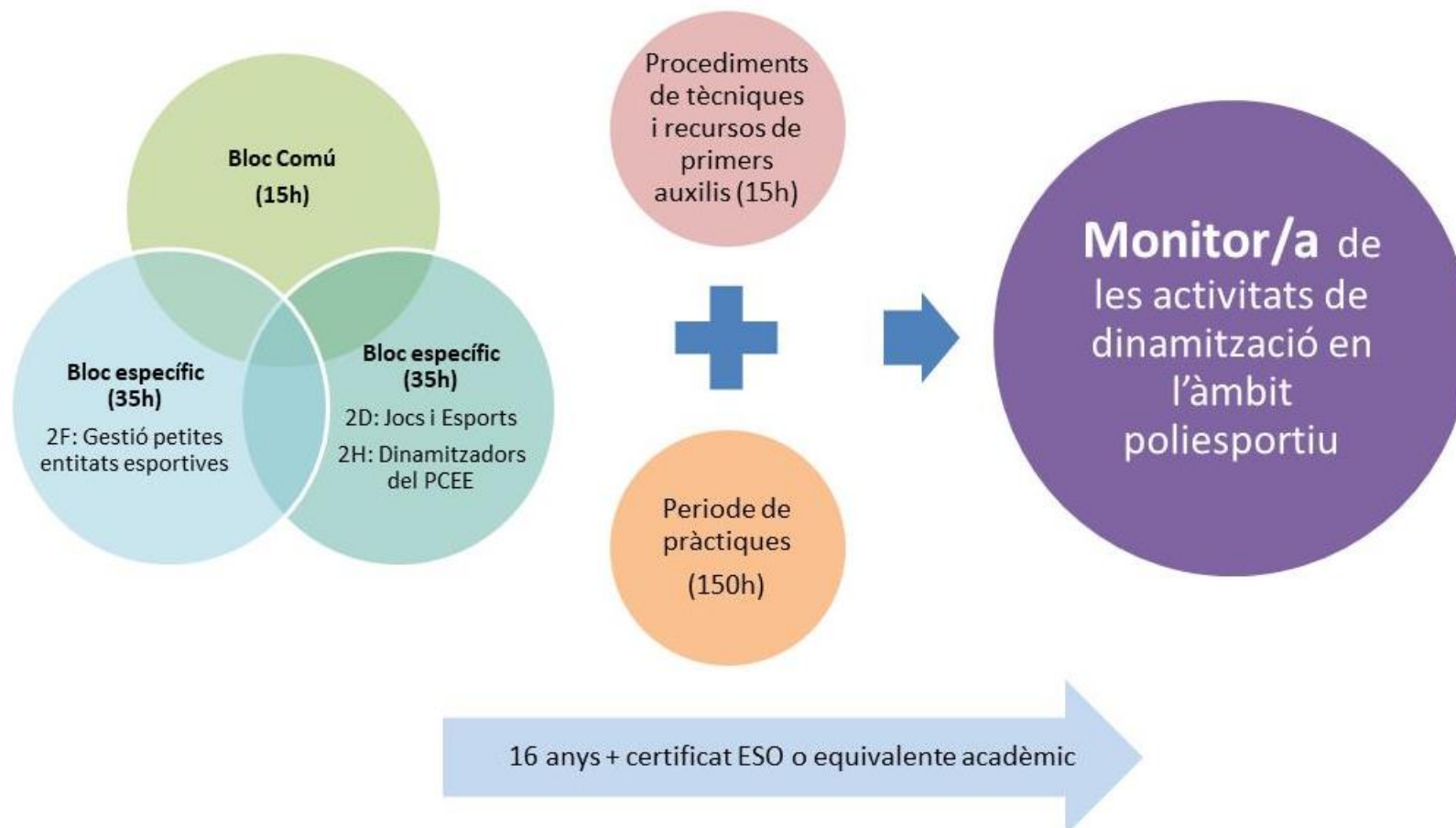
Per a més informació cal contactar amb el Consell Esportiu per correu electrònic a comite@cebllo.cat (Alex Gómez).

MONITOR/A D'ACTIVITATS DE DINAMITZACIÓ EN L'ÀMBIT POLIESPORTIU.

Vols treure't el curs de monitor/a d'activitats de dinamització en l'àmbit poliesportiu? Consulta tots els cursos que t'ofereim i obtindràs la titulació requerida per treballar en aquest sector professional!

El Consell Esportiu del Baix Llobregat organitzarà diferents cursos per aconseguir el títol de *Monitor/a d'activitats de dinamització en l'àmbit poliesportiu*.

Esquema del procediment d'inscripció al ROPEC (Registre Oficial de Professionals de l'Esport de Catalunya):



ACTIVITATS FORMATIVES PER ALS DINAMITZADORS/ES DEL PCEE

A NIVELL COMARCAL

- Objectiu** → Conèixer les nocions bàsiques d'un esport determinat i la seva aplicació a l'activitat escolar dels centres.
- Durada** → 3-4 hores (divendres tarda o dissabte mati).
- Import** → Gratuït.

Enguany la proposta formativa adreçada als dinamitzadors de primària i secundària del PCEE serà sota demanda.

A NIVELL TERRITORIAL

Dinamitzadors/es
Secundària

- Cursos de formació a Tarragona: juny 2020 (activitat amb cost)
- Curs de Bloc Comú + Bloc Específic (50h): CIATE DINAMITZADORS DEL PCEE
- Curs 2n nivell (35h): CIATE GESTIÓ PETITES ENTITATS ESPORTIVES
- Curs de primers auxilis (15h)

ACTIVITATS FORMATIVES PER ALS TUTORS DE JOC DELS JOCS ESCOLARS

Lloc → Lycée Français de Gavà Bon Soleil (Gavà).

Dies → Dissabte 19 i 26 de setembre de 2020.

Horari → De 8:30 a 14.30h

Inscripció i preu → Inscripció gratuïta mitjançant el nostre web www.cebllob.cat

Els tut@rs de joc amb 2 o més anys d'experiència portaran a terme el reciclatge on-line.

Per a més informació cal contactar amb el Consell Esportiu per correu electrònic a escolatutors@cebllob.cat (Cristina de Sola).



Vols ser tut@r de joc?

19/09/20 i 26/09/20
De 8:30h a 14:30h

Cl@TE
d'arbitratge i esport en edat escolar

Tut@rs amb 2 o més anys d'experiència

REICICLATGE ONLINE

Lycée Français de Gavà Bon Soleil
(Camí de la Pava,15)

Inscripcions online: www.cebllob.cat
Per més info: escolatutors@cebllob.cat

Logos: Consell Esportiu del Baix Llobregat, Domingo Martínez Escola de Formació del Baix Llobregat, Generalitat de Catalunya, esportcat, Consell Comarcal del Baix Llobregat, Ajuntament de Gavà, Lycée Français de Gavà Bon Soleil, Consell Esportiu de Catalunya, and the slogan 'Jo sempre hi guanyo'.

PREMIS EDURECERCA

Els premis Edurecerca són una iniciativa dels Serveis territorials d'Ensenyament al Baix Llobregat juntament amb el teixit associatiu i empresarial de la comarca que volen impulsar el reconeixement dels treballs que duen a terme els alumnes de l'educació secundària postobligatòria.

Amb la intenció d'aglutinar i potenciar algunes de les iniciatives que són d'àmbit més comarcal, els premis Edurecerca treballen en una proposta que reculli el que s'està fent i incorpori noves accions/idees complementàries a les ja existents. La intenció és poder establir contactes d'enriquiment mutu a partir d'un espai compartit on els protagonistes siguin els treballs de recerca i l'excel·lència educativa vinculada al teixit social i empresarial de la comarca.

La selecció dels treballs finalistes es realitza a través dels diferents fòrums i concursos de treballs de recerca que se celebren en l'àmbit de cadascun dels Serveis educatius. Cadascun d'aquests certàmens de caire local s'encarrega de seleccionar els finalistes per a la fase final dels premis i seleccionen els treballs segons la seva temàtica. La informació dels diferents certàmens a nivell local pertany als Centres de Recursos Pedagògics corresponent (CRPs Baix Llobregat).

Els treballs que es presentin per a la modalitat de Consell Esportiu del Baix Llobregat han de tractar algun dels aspectes vinculats a les diferents línies que s'especifiquen a continuació:

- Educar en valors a través de l'esport.
- L'esport com a instrument de cohesió social.
- Salut, hàbits alimentaris i activitat física .
- Dona i esport.
- Noves tecnologies aplicades a l'àmbit esportiu

Esperem els treballs dels vostres alumnes!!



ESPORT POPULAR

El Consell Esportiu del Baix Llobregat adaptarà el programa “d’Esport Popular” iniciat el curs 2019-2020. Aquest projecte té com a finalitat aconseguir els següents objectius:

- Promoure l’esport per a tothom, al marge de les capacitats que tingui cadascú.
- Promocionar hàbits saludables.
- Treballar estretament amb els Ajuntaments de la comarca compartint projectes d’activitats per a tothom.

Juga verd Play en família, activitat Física per a tota la família.

Esport Popular, activitat essencial!

Oferta d'un paquet d'Esport Popular consistent en 4 activitats diferents al mes, amb una activitat a la setmana (1 h 30') de: Marxa nòrdica, Ball, Esport amb implements, walking futbol

15 Activitats que de forma rotatòria s'aniran repetint al llarg de l'any

Dinamització d'activitats a nivell local

Activitat segura

10 Grups estables i reduïts

A l'aire lliure

Possibilitat d'adaptació de format, horari i activitats a realitzar segons necessitats dels practicants i els ajuntaments



Per a més informació cal contactar amb el Consell Esportiu per correu electrònic a olga@cebllo.cat (Olga Puig).

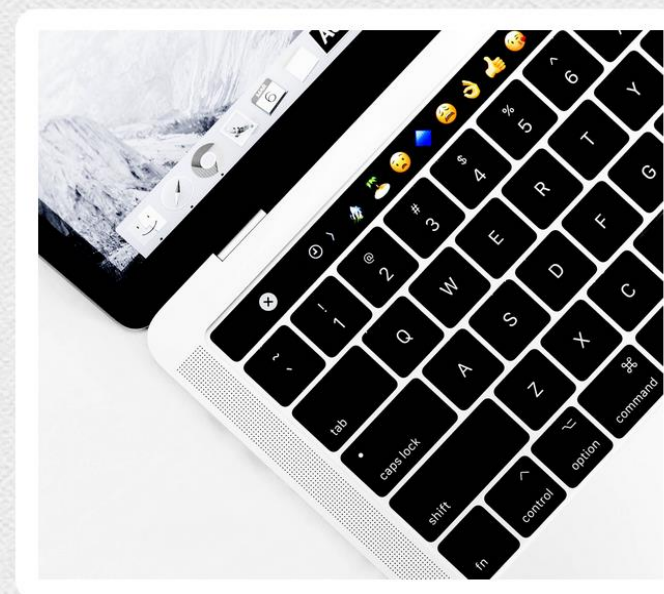
EL CEBLLOB PRESENT A LES XARXES



Ens podeu trobar a:

www.cebllob.cat

xarxes socials:



CALENDARI D'ACTIVITATS DE PROMOCIÓ PER A CENTRES EDUCATIUS 20/21

GENER						
DL	DM	DX	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

TROBADA RUGBI SECUNDÀRIA (3r i 4t Sec.)

FEBRER						
DL	DM	DX	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

TROBADA COMARCAL D'ATLETISME SECUNDÀRIA (1r i 2n Sec.)
TROBADA RUGBI PRIMÀRIA (5è i 6è Prim.)

MARÇ						
DL	DM	DX	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				

TROBADA COMARCAL D'ATLETISME PRIMÀRIA (5è i 6è Prim.)

ABRIL						
DL	DM	DX	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		

TROBADA COMARCAL DE JOCS POPULARS (3r i 4t Prim.)
TROBADA COMARCAL DE JOCS COOPERATIUS (P5)

MAIG						
DL	DM	DX	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						

TROBADA COMARCAL JOCS DEL MÓN (1r i 2n Prim.)
TROBADA LÚDICA D'EDUCACIÓ INFANTIL (P3 i P4)
TROBADA COMARCAL JOCS ALTERNATIUS (3r i 4t Prim.)

JUNY						
DL	DM	DX	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				

TROBADA COMARCAL LÚDICA AQUÀTICA (2n Prim.)

