



FORMACIÓ ON-LINE: Transforma l'aula en una sala d'activitats dirigides

Jornada formativa:

Transforma l'aula en una sala d'activitats dirigides

Hores de durada:
2,5hores

Dates:
09/02/2021

Horari:
De 18h a 20:30h

Places:
Màximes → 35

Cost:
Professorat d'EF del Baix
Llobregat: **10€**
Professorat d'EF de fora de la
comarca i altres docents: **15€**

Data límit d'inscripció:
Dilluns 08 de febrer

ORGANITZADOR:

Consell Esportiu del Baix Llobregat.

OBJECTIUS QUE ES PRETENEN ASSOLIR:

- Transformar les sessions d'educació física per viure l'experiència de les activitats dirigides a través de la música.
- Adaptar els continguts tradicionals de l'educació física a les noves tendències de les activitats dirigides amb suport musical i integrar-ne d'altres propis del Fitness.
- Analitzar les activitats fitness amb suport musical i donar les eines per crear les nostres pròpies sessions adaptades a les característiques del grup.
- Donar eines per motivar als nens i nenes a adoptar un estil de vida actiu més enllà de l'aula, amb l'alegria i la vitalitat de la música.

CONTINGUTS:

- Trets diferencials de les activitats dirigides:
 - Característiques generals
 - La música com a fil conductor
 - Els tècnics d'activitats dirigides
- Sessions d'activitats dirigides a l'aula:
 - Parts i continguts de la sessió (Dansa, jocs, fitness, ioga, arts marcials, relaxació,...)
 - Creació d'una sessió
 - Selecció musical

METODOLOGIA:

- Anàlisi, reflexió i teoria envers les activitats dirigides, el fitness i el fitness infantil.
- Experimentació pràctica de sessions d'activitats dirigides per a diferents grups d'edat.
- Eines per a la selecció i creació pròpia de contingut amb el suport musical.



DESTINATARIS:

Professorat d'Educació Física de primària i secundària.

REQUISITS:

Per poder seguir la formació correctament és important tenir en compte els següents aspectes:

- Disposar, per ordre de prioritat, només **un** dels aparells electrònics:
 1. Ordinador amb connexió wi-fi (valorar connexió a TV).
 2. Tableta amb connexió wi-fi.
 3. **NO** és recomana utilitzar el mòbil pel seguiment de la formació.
- Tenir una adreça de correu electrònic.
- Es recomana l'ús d'auriculars amb micròfon per una bona comunicació.
- Triar un lloc tranquil, amb espai i lliure de sorolls ambientals amb antelació.

INFORMACIÓ PER ACCEDIR A L'ENLLAÇ DE LA VIDEOCONFERÈNCIA:

- A tots els inscrits, durant el matí del 8 de febrer s'enviarà un e-mail a l'adreça electrònica facilitada on s'informarà, entre d'altres coses, de l'enllaç per accedir a la videoconferència.
- La videoconferència es farà mitjançant Google Meet. No cal instal·lar cap programari i s'aconsella utilitzar el navegador [Chrome](#) per una experiència satisfactòria.

DOCENT: Abel Molero López

- Professional de l'activitat física i l'esport registrat al ROPEC.
- Especialista en activitats dirigides i fitness infantil amb més de 20 anys d'experiència en el sector.
- Formador en cursos i seminaris relacionats amb les activitats amb suport musical, el fitness i la gimnàstica aeròbica.
- Responsable del Comitè tècnic de Gimnàstica Aeròbica a la Unió de Consells Esportiu de Catalunya i col·laborador habitual del Consell Esportiu del Baix Llobregat



INSCRIPCIÓ:

Cal confirmar l'assistència a la jornada a través de la web del Consell Esportiu del Baix Llobregat (www.cebllob.cat) o directament en el següent enllaç segons si sou professorat especialista en EF de la comarca (10 €) o de fora i altres docents (15 €):

[Premeu aquí per a realitzar la inscripció](#)

(*El Consell Esportiu del Baix Llobregat subvenciona el 50% del cost de la formació per al professorat d'EF de la comarca. Tindran prioritat els docents de la comarca). La data límit d'inscripció i de pagament serà el 8 de febrer de 2021.

Departament de Formació
Consell Esportiu del Baix Llobregat
Sant Feliu de Llobregat, 1 de febrer de 2021