

## INSCRIPCIONS

a partir del 29 d'agost

## INICI DE LES ACTIVITATS

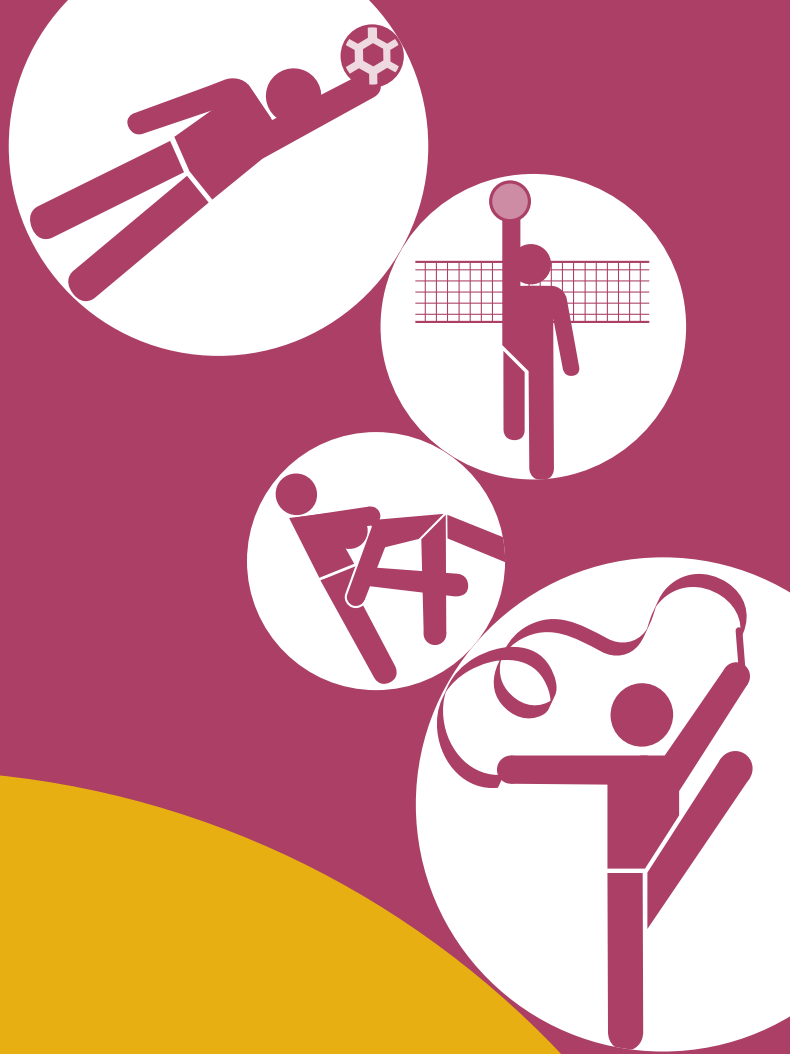
el 19 de setembre

## PREUS

1 dia d'activitat / setmana	18 euros / mes
2 dies d'activitat / setmana	24 euros / mes
3 dies d'activitat / setmana	28 euros / mes
4 dies d'activitat / setmana	31 euros / mes
5 dies d'activitat / setmana	33 euros / mes

## DESCOMPTES

- 5 % per als germans
- 10 % per a famílies nombroses o monoparentals  
(en ambdós casos cal presentar la documentació acreditativa)



# ESCOLA D'INICIACIÓ ESPORTIVA MUNICIPAL D'ALELLA CURS 2011-2012

## MÉS INFORMACIÓ

Poliesportiu Municipal Abelardo Vera  
Passeig de la Creu de Pedra, 29-31  
Tel. 93 540 19 93  
esports@alella.cat

organitza



amb el suport



## QUÈ ÉS?

L'Escola d'Iniciació Esportiva Municipal d'Alella està integrada per un conjunt d'activitats físiques i esportives dirigides i coordinades des de la Regidoria d'Esports. Aquestes es porten a terme per professionals que desenvolupen les programacions de cada activitat tenint com a denominador comú els objectius i els principis educatius.

## QUIN OBJECTIU PRINCIPAL TÉ?

Educar i formar a nivell esportiu i de manera polivalent als nois i noies que en ella hi participen com a part bàsica de la seva formació integral.

## QUINS OBJECTIUS GENERALS ES TREBALLEN?

### A nivell motriu

- Aconseguir la base motriu més amplia possible.
- Adquirir un desenvolupament físic harmònic.
- Desenvolupar els esquemes motors i posturals de base.
- Desenvolupar les capacitats coordinatives bàsiques.
- Desenvolupar les capacitats físiques bàsiques.
- Iniciar en els coneixements tècnics de diferents esports.

### A nivell cognitiu

- Iniciar en el coneixement de les activitats físiques, dels esports reglats i en l'acceptació de normes.
- Familiaritzar-se amb els conceptes bàsics de:
  - > competició
  - > competència
  - > cooperació
  - > treball en grup
- Adquirir hàbits de salut.

### A nivell afectiu

- Adquirir un equilibri psico-físic.
- Assolir una integració social plena.
- Gaudir de l'aspecte lúdic del moviment.

## QUINS PRINCIPIS EDUCATIUS S'APLIQUEN?

- **No seleccionar ni discriminar** els nens/es en base a les seves capacitats psico-físiques ni als coneixements tècnics.
- Utilitzar l'activitat física com a eina per a la formació integral dels nois i noies, per a la seva integració social i per a desenvolupar el sentit del treball en equip.
- Treballar la formació física de base, desenvolupant les qualitats i les habilitats motores fonamentals.
- Realitzar una activitat progressiva i poliesportiva que serveixi com a base a més d'un esport i activitat física.
- Utilitzar la competició esportiva com una eina per a la millora dels aprenentatges, no com una finalitat en sí mateixa.
- Respectar el desenvolupament natural del nen/a i triar els continguts educatius més idonis a cada grup d'edat.
- Englobar tot el procés en un marc sa, lúdic i motivador.

## QUINS ESPORTS I ACTIVITATS ES PORTEN A TERME AQUEST CURS?

Aquest curs treballarem per desenvolupar les qualitats físiques, tècniques i psicomotrius dels participants mitjançant la iniciació i la pràctica dels següents esports i activitats físiques:

### ATLETISME

Activitat dirigida a nois i noies de **9 anys** ('02) en endavant. Orientada a millorar la condició física general mitjançant l'aprenentatge i la pràctica de les diferents tècniques i disciplines que integren aquest esport. Participen en competicions i trobades organitzades pel Consell Esportiu del Maresme i altres entitats. Es porta a terme a la pista d'entrenament d'atletisme municipal Josep M<sup>a</sup> Pareras.  
**1r Grup: Benjamins** ('02) i **Alevins** ('01-'00), dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h  
**2n Grup: Infants** ('99-'98) i **Cadets** ('97-'96), dimarts i dijous de 18.15 a 19.15 h

### FIT-KID

Activitat dirigida a nens i nenes de **5 anys** ('06) en endavant. Orientada a millorar la condició física i la coordinació general treballant l'expressió corporal i el sentit del ritme mitjançant l'aprenentatge i realització de coreografies que combinen moviments, tècniques i passos d'aeròbic, funky, hip hop, salsa, ... Poden participar en trobades lúdiques organitzades per Consells Esportius i altres entitats.  
**1r Nivell**, dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h  
**2n Nivell**, dimarts i dijous de 18.30 a 19.30 h

### FUTBOL SALA

Activitat dirigida a nens i nenes de **5 anys** ('06) en endavant. Orientada a adquirir i millorar les condicions físiques, les destreses i les tècniques d'aquest esport. Participen en competicions i trobades organitzades pel Consell Esportiu del Maresme i altres entitats.  
**Iniciació 5 anys** ('06), dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h  
**Pre-Benjamins 6 - 7 anys** "A" ('04), dilluns i dimecres de 17.30 a 18.30 h  
 "B" ('05), dilluns i dimecres de 17.30 a 18.30 h  
**Benjamins 8 - 9 anys** "A" ('02), dilluns i dimecres de 18.30 a 19.30 h  
 "B" ('03), dimarts i dijous de 18.30 a 19.30 h  
**Alevins 10 - 11 anys** ('01 i '00), dilluns i dimecres de 18.30 a 19.30 h

### GIMNÀSTICA RÍTMICA

Activitat dirigida a nens i nenes de **5 anys** ('06) en endavant. Orientada a millorar la condició física i la coordinació treballant l'expressió corporal i el sentit del ritme mitjançant l'aprenentatge i realització de coreografies i exercicis tècnics d'aquest esport. Poden participar en trobades lúdiques organitzades per Consells Esportius i altres entitats.  
**1r Nivell**, dilluns i dimecres de 17.30 a 18.30 h  
**2n Nivell**, dilluns i dimecres de 18.30 a 19.30 h

### JUDO

Activitat dirigida a nens i nenes de **5 anys** ('06) en endavant. Orientada a adquirir i millorar les condicions físiques, les destreses i les tècniques d'aquest esport. Participen en trobades lúdiques i en competicions organitzades per la Federació Catalana de Judo, Consells Esportius i d'altres entitats.  
**1r Nivell**, dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h  
**2n Nivell**, dimarts i dijous de 18.30 a 19.30 h  
**3r Nivell**, dimarts i dijous de 20 a 21 h

### MULTI-ESPORT

Activitat dirigida a nens i nenes de **5, 6 i 7 anys** ('06, '05 i '04). Orientada a millorar la condició física, la coordinació general i a adquirir les destreses i les tècniques bàsiques de diferents esports clàssics i alternatius. Es treballen tres blocs:  
 - Esport individual (Mini-atletisme)  
 - Esports col·lectius (F. Sala, Bàsquet i Mini-Handbol)  
 - Esports alternatius (Futbol-Flag, Ultimate i jocs amb raquetes).  
 Dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h

### PATINATGE

Activitat dirigida a nens i nenes de **6 anys** ('05) en endavant. Orientada a adquirir i millorar les condicions físiques, les destreses i les tècniques bàsiques d'aquest esport.  
**1r Nivell**, dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h  
**2n Nivell**, dimarts i dijous de 18.30 a 19.30 h  
**3r Nivell**, dimarts i dijous de 19.30 a 20.30 h

### PRE-ESPORT

Activitat dirigida a nens i nenes de **3 i 4 anys** ('08 - '07). Orientada a potenciar la psicomotricitat mitjançant la realització d'activitats i jocs pre-esportius.  
 Dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h

### TAEKWONDO

Activitat dirigida a nens i nenes de **5 anys** ('06) en endavant. Orientada a adquirir i millorar les condicions físiques, les destreses i les tècniques d'aquest esport. Participen en trobades lúdiques i en competicions organitzades per la Federació Catalana de Taekwondo, Consells Esportius i altres entitats.  
**1r Nivell**, dilluns i dimecres de 17.30 a 18.30 h  
**2n Nivell**, dilluns i dimecres de 18.30 a 19.30 h  
**3r Nivell**, dilluns i dimecres de 19.30 a 20.15 h  
**4t Nivell**, dilluns i dimecres de 20.15 a 21.15 h

### VOLEIBOL

Activitat dirigida a noies de **12 a 15 anys**. Orientada a adquirir i millorar les condicions físiques, les destreses i les tècniques d'aquest esport. Participen en els Jocs Esportius del Maresme i en trobades amb altres entitats.  
**Infantil** ('99 - '98) / **Cadet** ('97 - '96), dimarts i dijous de 18.30 a 20 h

CONSULTEU ELS PREUS DE LES ACTIVITATS A LA CONTRAPORTADA