

1ª JORNADA FAMILIAR DESEMBRE 2022

El **dissabte dia 17 de desembre**, i com activitat dels Jocs Esportius Escolars de Castelldefels curs 2022 – 2023 que realitza l'Ajuntament de Castelldefels, tindrà lloc la **1ª jornada familiar**. Per a la realització de la jornada no cal cap mena d'inscripció prèvia, únicament cal presentar-se el mateix dia de la jornada a la carpa d'Esports situada a la porta del pavelló de Can Vinader.

Es tracta d'una jornada totalment lúdica on els/les participants podran gaudir en família d'una gimcana amb diferents jocs i activitats preparades perquè participin de forma conjunta amb els acompanyants.

La jornada està dirigida al col·lectiu d'Infantil i primària i faran les proves amb l'ajuda i col·laboració dels acompanyants.

Lloc i horari

La jornada familiar es realitzarà el **dissabte 17 de desembre** al **Pavelló de Can Vinader**. Per iniciar la jornada, les famílies han de presentar-se a la carpa d'Esports que estarà situada a la porta del pavelló de Can Vinader.

L'horari d'inici seran les 10.00h i finalitzarà a les 13.00h. Durant aquestes 3 hores, les famílies poden venir a l'hora que vulguin i fer les proves que els atreguin més. No cal fer totes les proves i no cal estar 3 hores a la jornada, cada família pot estar el temps que vulgui i fer les proves que vulgui.

Normativa de la jornada

- Aquesta activitat és una **JORNADA FAMILIAR**. Més que competir, la idea és compartir un matí en família i amics.
- El més important és **DIVERTIR-SE i PASSAR-HO BÉ**, tot compartint una bona estona. Volem que les famílies tinguin ganes de tornar a repetir experiències com aquesta i que els valors de l'activitat física els acabin enganxant.
- La Jornada és una activitat Educativa i participativa, i com a tal **NO** hi ha ni classificació ni resultats.
- Totes les activitats tindran una durada aproximada de 5/10 minuts.
- No hi ha temps màxim per completar les proves.
- Cada prova estarà guiada per un dinamitzador que us segellarà el passaport de l'activitat.

Activitats de la jornada

A continuació us presentem les diferents proves que es realitzaran perquè les famílies tinguin una idea del que podran fer quan arribin.

- Cursa d'ous
- Relleus de memòria
- 3 en ratlla
- Cursa de sacs
- Diana vertical
- Circuit motricitat
- Limbo
- Transport pilota cooperatiu
- Xut a cegues
- Cistella de bàsquet
- Gots piramidals
- Futbol Tennis

