

PILOTES MALABARS

Al llarg del primer trimestre hem treballat les **PILOTES MALABARS**. Aquest petit treball ens permetrà aprofundir una mica més en altres aspectes més teòrics que durant les sessions d'Educació Física no es tracten tan profundament.

Objectius del treball:

- Adquirir coneixements bàsics sobre la construcció de PILOTES MALABARS
- Adquirir coneixements bàsics sobre l'APRENANTATGE DE LES PILOTES MALABARS

Normativa del treball:

- S'ha de realitzar individualment
- S'ha de realitzar en paper format Din A4
- S'ha de realitzar a una cara i amb ordinador. No es permeten treballs fets a mà ni copiats d'Internet..
- S'ha de realitzar obligatòriament en català.
- S'ha d'entregar el dia assignat. No s'acceptarà cap treball després d'aquestes dates. La no presentació del treball suposa suspendre l'assignatura d'Educació Física del primer trimestre

Continguts del treball: els continguts a continuació detallats s'han de desenvolupar tots, en ordre, i en pàgines numerades.

- **Portada:** a part del títol del treball, nom i cognoms de l'alumne/a, curs i grup cal adjuntar-hi una **fotografia** il·lustrativa del tema que es treballa.
- **Índex:** cal presentar un índex dels diferents continguts numerats i numerant les pàgines.
- **Construcció d'unes pilotes malabars:** explica tots els passos a seguir per la construcció d'unes pilotes malabars així com el material necessari i adjunta-hi imatges i/o fotografies dels diferents passos a seguir
- **Familiarització amb les pilotes malabars.** Enumera diferents exercicis de familiarització amb les pilotes malabars que ens poden ajudar a millorar la nostra coordinació (exercicis fets a classe). Il·lustra-ho amb imatges.
- **Aprenentatge dels malabars.** Explica els diferents passos a seguir per l'aprenentatge de les pilotes malabars. Adjunta-hi, si cal, imatges il·lustratives
- En els malabars es treballa la **coordinació**. Defineix aquest concepte, els diferents tipus que hi ha i posa tres activitats físiques on aquesta qualitat hi predomini.
- Busca les següents informacions: **nom, adreça, telèfon, web i correu electrònic** d'una entitat pròxima a Cabrils on podria treballar i millorar activitats de circ i malabars.
- **Conclusió** del treball.
- **Bibliografia i/o webgrafia utilitzada:** enumerar tots els llibres i direccions d'Internet utilitzades per elaborar el treball. No s'admeten el nom de buscadors (google, ...), si no l'adreça de la pàgina en concret