



HIGHWAY TO HEALTH

En aquest bloc, es treballaran aspectes relacionats amb la salut, l'alimentació i cuidar el propi cos (a nivell del treball de força, velocitat, alineació postural, tonificació, ioga,...).

A l'inici de cada curs escolar, l'alumnat realitza unes proves físiques per conèixer el propi nivell de condició física. S'annoten els resultats al DNI SALUDABLE. A final de curs es tornen a fer i així es pot veure la millora anual.

A final de l'ESO tindran totes les dades a sobre salut en el seu DNI:



ESPORTNET

EsportNet es duu a terme a tots els cursos del nostre centre, treballant diferents esports.

Els esports que es treballen, són esports poc coneguts, com Colpbol, Korbol, Ultimate, Judo,...per tal que l'alumnat parteixin tots/es de zero.

A cada sessió es treballa un valor concret a través de jocs esportius. Al final de cada sessió es disputa un partit de l'esport treballat en què es posa en pràctica el valor escollit i treballat prèviament.

Les sessions compten amb espais de reflexió i els partits que es realitzen es divideixen en: diàleg/acords, pràctica i reflexió.

A cada curs també es realitza una competició Interescolar amb altres centres de la comarca. Competició d'Atletisme, Jocs cooperatius, Rugby, Korbol, Colpbol,...



PROJECTE "ELLS NOSTRES CIMS"

El projecte "els nostres cims", consisteix en pujar cada any, un dels 4 cims que veiem des del nostre centre: Creu de Gurb, Bellmunt, Matagalls i Puigsacalm.

Gaudim d'un entorn privilegiat i n'hem de ser coneixedors/es.

Els objectius i els valors del projecte són de gran rellevància per les nostres vides, ja sigui per les possibilitats de l'espai natural on vivim, per realitzar activitat física en el medi natural o simplement per gaudir i adquirir els beneficis de salut.

Per això, des de la matèria d'Educació Física hem cregut oportú transferir aquests beneficis a tota la comunitat educativa, d'aquesta manera volem que les famílies participin activament en aquest projecte.



MARGUESTOLTES

El repte que es proposa a l'alumnat en aquest bloc, és preparar una coreografia a partir d'una temàtica escollida pel grup i representar-la en el concurs de balls i disfresses de carnestoltes del centre.

Es tracta d'un projecte interdisciplinari de centre, amb un important treball cooperatiu. Des de l'àrea d'Educació Física, es buscarà que l'alumne/a treballi el seu cos a través del moviment corporal i que es desinhibeixi a l'hora d'actuar davant dels companys i d'un gran públic.

El projecte inclou un vincle amb el poble i l'escola de primària, ja que es realitza una rua amb comparses valorades per l'alumnat de 6è de Primària de l'escola St. Marc.