

ESPORT I VALORS



DONEM A CONÈIXER ELS VALORS
QUE TRANSMET L'ESPORT

**JOVES DE 12-16
ANYS (1R – 4T ESO)**

**DIMARTS I
DIJOUS DE
17:30H A 19:30H**

INSCRIPCIONS OBERTES A
PARTIR DE L'1 DE SETEMBRE

PER PARTICIPAR-HI, CAL FER LA INSCRIPCIÓ ENVIANT UN CORREU A TRAVÉS DE LA WEB D'IGUALADA
JOVE O BÉ AL TELÈFON 93 804 18 01 (EXT. 2396)

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ
2. OBJECTIUS
3. DESTINATARIS
4. UBICACIÓ
5. COM TREBALLAREM?
 - 5.1 La sessió estarà marcada per 3 temps
 - 5.2 Final del mòdul
 - 5.3 Cloenda
6. TEMPORITZACIÓ
7. INSCRIPCIONS

1. Introducció

Apareix una nova edició, ESPORT I VALORS IGUALADA, treballant conjuntament el departament d'esports i de joventut, i el Consell Esportiu de l'Anoia.

La finalitat d'aquesta nova edició és donar a conèixer els valors que transmet l'esport, a través del joc, del diàleg, del companyerisme i el compromís, i formar grups de treball per dissenyar, crear i formalitzar projectes d'acció comunitària, participatius i amb impacte sobre el municipi. Poder obrir-nos a nous reptes, a nous coneixements, tot practicant qualsevol dels esports i jocs que ens envolten.

La idea és que utilitzant la metodologia dels mòduls, puguem treballar-ho amb altres espais, amb altres normes, amb altres materials. Mostrar que totes les normes que apliquem a un esport, a un moment, ens poden servir per a qualsevol altra situació.

2. Objectius

A través de l'esport, fomentarem:

- La cohesió social.
- La igualtat de gènere.
- Eines d'autonomia i autoconeixement.
- Establir vincles entre els grups d'iguals.
- Els hàbits saludables.
- Els valors (alegria, confiança, cooperació, superació, solidaritat, l'esforç, etc.)
- El treball en grup

Oferint aquesta activitat extraescolar, donarem la possibilitat a aquells infants que ho necessitin a viure i sentir l'esport com una eina de creixement personal.

3. Destinataris

L'activitat es porta a terme amb joves **de 12-16 anys (1r – 4t ESO)** que no puguin assolir fer una activitat extraescolar econòmicament.

Oberta per a tots aquells joves que puguin enriquir-se a través de l'esport, dels valors que ens acompanyen en la nostra vida.

No donem importància del seu origen, on viuen, si són nouvinguts, si són infants amb autoestima baixa, si es senten discriminats... tothom és benvingut sempre que acceptin la principal norma, i és que estiguin disposats a *complir les normes i el compromís del projecte*.

4. Ubicació

Per aquesta edició utilitzarem l'espai exterior/interior del Xipreret i l'**Institut Joan Mercader**, d'Igualada.

5. Com treballarem?

Cada sessió serà diferent, cada dia treballarem un joc, un esport diferent.

El jove no sabrà que farà a cada sessió fins que arribi, així mantindrem l'interès, la curiositat, la implicació, el respecte... fomentarem grans valors del dia a dia sense adonar-nos.

La sessió estarà marcada per 3 temps:

1r temps

Part principal- rebuda – plantejament:

1. Amb una paraula, descriure com estem, que hem viscut aquell dia.
 2. Explicació de la sessió.
 3. Acordar normes per jugar, veure quin és el valor que treballarem i com ho volem fer.
- Per acabar, escollir de formar conjunta la celebració cada cop que assolim l'objectiu marcat.

2n temps

Desenvolupament:

1. Portem a la pràctica la sessió explicada.

3r temps:

Valoració i avaluació final

1. Cada jove haurà de valorar que ha sentit, com ho ha viscut, si s'han respectat les normes que s'havien acordat al principi. Amb una paraula descriure com es senten després de la sessió.
2. S'avaluarà cada dia el comportament dels companys. Això ho farem a través de vots, hi haurà una classificació per poder aconseguir incentius. Aquests incentius seran alguns simbòlics (com ara poder triar un joc, un esport, un valor, etc.) i d'altres materials (samarretes, bosses, activitat piscina, etc.)

A més a més, donarem protagonisme als joves, per tal que ells siguin capaços de gestionar cada moment, puguin resoldre els petits conflictes que puguin aparèixer durant el treball. Els donarem eines per poder gestionar el seu dia a dia.

Final del mòdul

En finalitzar les sessions de cada mòdul farem una activitat de valoració i aprenentatge dels valors i esports treballats fins a llavors.

Cloenda

Es realitzarà una activitat de cloenda al finalitzar cada trimestre. L'activitat de cloenda dependrà del volum d'inscripcions. Aquesta activitat podríem dir que és un reconeixement per la feina que s'ha fet, pel bon treball.

6. Temporització

Aquesta activitat és gratuïta.

L'activitat començarà el dia 30 de setembre del 2025 i finalitzarà el 18 de juny del 2026.

Es portarà a terme els dimarts i dijous de 17:30h a 19:30h.

Mòduls que treballarem:

- Diàleg (xerrada alimentació)
- Respecte (xerrada sexualitat)
- Autorerealització (jocs de confiança)
- Confiança (xerrada de drogues)
- Esforç (team Building)
- Convivència (taller dels joves, ens obrim als companys, expliquem qui som, d'on som)
- Superació (esportista a esportista)
- Empatia (activitat amb Àuria)
- Grup de treball (creació d'un projecte)

7. Inscripcions

Per participar-hi, cal fer la inscripció enviant un correu a través de la web d'Igualada Jove, accedint al següent enllaç: [Inscripcions esport i valors](#) o bé al telèfon 93 804 18 01 (ext. 2396)

També es pot demanar informació sobre l'activitat d'esport i valors mitjançant les mateixes vies de contacte.