



# XXIII Jornades Esportives per a persones amb Discapacitat 2018-2019

*Dirigides a Centres Ocupacionals i darrers  
cicles d'Escoles d'Educació Especial.*





## ÍNDEX

### PÀG.

INTRODUCCIÓ.....	3
COSES A TENIR EN COMPTE.....	4
SOBRE LES INSCRIPCIONS.....	4
<b>DESCRIPCIÓ ACTIVITATS 1er BLOC 2018-2019</b>	
BATEIG DE MAR (VELA).....	7
SENDERISME .....	8
TENNIS .....	9
AERÒBIC DANSES .....	10
PETANCA .....	11
BOWLING .....	12
IV TROBADA AQUÀTICA INTARRACTION Centres Ocupacionals .....	13
<b>DESCRIPCIÓ ACTIVITATS 2n BLOC 2018-2019</b>	
TENNIS TAULA .....	14
ESPORTS D'EQUIP .....	15
TOC-BOL .....	16
BITLLES TRADICIONALS CATALANES .....	17
GOLF .....	18
JORNADA AQUÀTICA .....	19
FESTA D'ESTIU .....	20



## XXIII JORNADES ESPORTIVES PER A PERSONES AMB DISCAPACITAT 2018-2019

### INTRODUCCIÓ

Les Jornades Esportives sorgeixen al 1997 per donar resposta a la demanda d'activitats lúdiques i esportives a les persones amb discapacitat intel·lectual en el període d'estiu. Al llarg dels anys, el període s'ha anat ampliant fins a tenir activitats durant gairebé tot l'any i també, aquesta dinàmica, ha propiciat la creació d'altres programes complementaris, amb un tractament més específic, com són les Jornades d'Expressió Corporal o la Lliga Intercentres.

Actualment, aquestes jornades han adquirit una gran rellevància en diferents sectors esportius i socials del nostre entorn i, s'ha convertit en un referent d'integració i normalització, gràcies als esforços de moltes persones, centres escolars i entitats provinents dels diferents àmbits que fan possible el bon desenvolupament de les activitats. Destaquem la gran col·laboració dels voluntaris del Consell Esportiu del Tarragonès que amb la seva col·laboració enriqueixen encara més aquestes jornades, com també la presència cada vegada més notable, de centres escolars de la comarca com a eixos fonamentals d'uns dels objectius primordials del programa, la cohesió i la sensibilització social.

En aquesta edició, igual que en les últimes, comptem també amb la participació dels **últims cursos** de les escoles d'educació especial de la comarca, amb l'objectiu de potenciar la transició a la vida adulta amb activitats atractives les quals afavoreixen la integració i socialització amb altres persones i/o col·lectius de característiques similars. A més de gaudir de tots els beneficis que unes jornades d'aquest tipus comporten.



## **COSES A TENIR EN COMPTE:**

**L' HORARI** aproximat de les activitats, serà:

- 10.15 a 10.45 incorporació i/o esmorzar.
- 10.45-11h inici de l'activitat.
- 12.15-12.30 finalització.



Exceptuant, aquelles activitats que s'indiqui específicament un altre horari.



**ELS MONITORS:** TOTS ELS CENTRES PARTICIPANTS HAN DE FER-SE CÀRREC DELS SEUS USUARIS, això implica que han de responsabilitzar-se de GARANTIR EL PERSONAL DE SUPORT NECESSARI, ATENENT, ELS DIFERENTS GRUPS I/O NIVELLS SEGONS L'ACTIVITAT. La organització de les jornades entén que cada centre disposa d'una assegurança pròpia per a fer activitats fora del seu centre.

La organització farà fotografies i/o vídeos de les diferents activitats, per tant, si alguna de les persones inscrites no té cedit els drets d'imatge, els monitors responsables ho notificaran a l'inici de l'activitat i tindran cura de que aquesta persona no sigui enregistrada.

## **SOBRE LES INSCRIPCIONS:**



**DATA MÀXIMA D'INSCRIPCIÓ.** Per tal de gestionar i organitzar les activitats, s'estableix com a data màxima per a la inscripció el dia **26 de setembre** per a les activitats en el període de setembre a novembre del al **1er torn del període** actual de convocatòria.

Excepte l'activitat de Bateig de mar (vela), que té una inscripció pròpia, en cas d'estar interessats en participar, poseu-vos en contacte en el mateix correu on feu arribar els fulls d'inscripció.

La data màxima per a les activitats del **2n període**, de març a juliol de 2019, és el **1 de març**.



**INFORMACIONS COMPLEMENTÀRIES.** És imprescindible que, en les inscripcions, s'inclouin totes aquelles informacions complementàries exposades, com els grups per a les activitats, els dies de preferència per a realitzar les activitat.

**NOMBRE MÀXIM DE PARTICIPANTS.** Per tal d'afavorir a un millor desenvolupament de les activitats, s'ha establert un límit màxim de participants per taller que cal respectar. En el cas que estiguéssiu interessats en que participessin més persones del vostre taller, preguem ens ho comuniquem, per tal de valorar ampliar el calendari del desenvolupament de l'activitat.



**CONDICIONS PER A LA PARTICIPACIÓ.** Per al bon desenvolupament de les activitats, és molt important que tingueu en compte, les **HABILITATS QUE REQUEREIXEN LES DIFERENTS ACTIVITATS.** A la part superior esquerra, d'on es detalla cada activitat, trobareu el nivell de dificultat, la descripció del qual és la següent:



**Nivell de dificultat baix:** activitats obertes a tots els participants.



**Nivell de dificultat mig:** permet participar als usuaris a partir de diferents adaptacions.



**Nivell de dificultat alt:** la participació requereix el seguiment normalitzat de l'activitat/joc.



**ON ADREÇAR-VOS?** Per fer arribar les vostres inscripcions, dirigiu-vos a:

- **Fundació Privada Onada**

E-mail: [psicolegco@fundacionnada.org](mailto:psicolegco@fundacionnada.org)

Per qualsevol consulta o aclariment podeu adreçar-vos

a qualsevol de les dues entitats organitzadores:

- **Consell Esportiu del Tarragonès** (Tel.: 977.249.484)

<http://www.cetarragones.cat/>

- **Fundació Privada Onada** (Tel. 607.840.192 // 977.55.29.26)

<http://www.fundacionnada.org>





Nivell de Dificultat



## BATEIG DE MAR: VELA

### CONTINGUT

Aproximació als coneixements tècnics de la navegació en raquero. L'activitat consisteix en la preparació de l'embarcació i fer una passejada. És important portar per a l'activitat: roba esportiva, el banyador posat, gorra, ulleres de sol i crema protectora solar.

És imprescindible fer entrega de l'autorització del Reial Club Nàutic, i del Full bateig/Vela , adjunt al dossier.

### PARTICIPANTS

Màxim 5 participants per taller i dia

### LLOC

Reial Club Nàutic de Tarragona (Port Esportiu de Tarragona).  
<http://www.rcntarragona.com>

### DATA/ES

17, 18, 19 de setembre de 2018.  
Heu d'indicar a la inscripció la preferència pel que fa als dies per a realitzar l'activitat. Aquests quedaran establerts per rigorós ordre d'inscripció.

### COL·LABORA

Reial Club Nàutic de Tarragona (Port Esportiu de Tarragona).



### COST

20 € per participant. Inclou assegurança específica.





Nivell de dificultat



## SENDERISME

### CONTINGUT

Activitat pensada per aquells usuaris que gaudeixen del contacte amb la natura. És important portar per a l'activitat: roba esportiva, gorra, ulleres de sol, crema protectora solar, entrepà i aigua. Control tècnic a càrrec de Fundació Onada.

### PARTICIPANTS

Màxim 15 participants per taller.

### LLOC

El Catllar

### DATA/ES

17 d'octubre 2018

### COST

Gratuïta







Nivell de dificultat



## TENNIS

### CONTINGUT

Jornada d'iniciació al tennis amb material tou i alternatiu. El tennis és un esport que es juga amb raquetes i es duu a terme entre dos jugadors (individuals) o entre dues parelles (dobles). Control a càrrec de dos tècnics del CTT i alumnes del Institut Torredembarra.

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

### LLOC

Pavelló Els Caus de Torredembarra (Av. St Jordi, S/N.  
Torredembarra)

<http://www.tennistdb.cat>

### DATA/ES

3 d'octubre 2018

### COL-LABORA



### COST

Gratuïta





Nivell de dificultat



## AEROBIC I BALLS

### CONTINGUT

Jornada matinal on es desenvoluparan diferents activitats, dinàmiques i jocs al voltant dels ritmes musicals. Aquesta activitat la dirigirà una monitora especialitzada. L'activitat compta amb la participació activa dels alumnes del centre.

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

### LLOC

Col·legi La Salle Torreforta  
<http://www.torreforta.lasalle.cat>

### DATA/ES

Data per determinar 2018 (s'enviarà notificació amb la data definitiva)

### COL·LABORA



### COST

Gratuïta





Nivell de dificultat



## PETANCA

### CONTINGUT

El joc de la petanca consisteix en llençar una sèrie de boles metàl·liques amb el propòsit d'apropar-se, el més possible, a una bola petita de plàstic o de fusta (bitllet) que ha estat llençada anteriorment per un dels jugadors. Un cop s'ha llençat el bitllet, cada jugador llença, per torn o ronda. Guanya el que queda més a prop. L'activitat compta amb la participació activa de l'últim cicle de primària del col·legi.

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

### LLOC

Col·legi Sant Pau Apòstol (Tarragona) Entrada pel camp de futbol El Roqueral. <http://www.colsantpau.com>

### DATA/ES

7 de novembre 2018

### COL·LABORA



### COST

Gratuïta





Nivell de dificultat



## BOWLING

---

### CONTINGUT

Joc tradicional que consisteix en que el jugador llença dues tirades per intentar tombar el màxim de bitlles. Realitza strike si tomba les deu bitlles en la primera tirada. La instal·lació de la bolera disposa de servei de cafeteria.

---

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller. Recordeu que per al bon desenvolupament de l'activitat, així com per garantir un bon ús de les instal·lacions, els participants han de comptar amb les habilitats per participar en el joc.

---

### LLOC

Bowling Diverland (Polígon Les Gavarres - Tarragona).  
<http://bowlingdiverland.es/les-gabarres>

---

### DATA/ES

14 de novembre 2018

---

### COL·LABORA



### COST

3.90€ per participant (sabates incloses)

---



Nivell de dificultat



### III TROBADA AQUÀTICA INTARRACTION

---

#### CONTINGUT

Fomentar les capacitats de coordinació i la interrelació social, a través de la pràctica d'activitats lúdiques i esportives en el medi aquàtic, dels centres escolars i ocupacionals participants. Control tècnic a càrrec del Club Natació Tarraco.

---

#### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller. Recordeu que per al bon desenvolupament de l'activitat, així com per garantir un bon ús de les instal·lacions, els participants han de comptar amb les habilitats per participar en el joc.

---

#### LLOC

Club Natació Tarraco.  
<http://www.cntarraco.cat>

---

#### DATA/ES

27 de novembre 2018

---

#### COL·LABORA



---

#### COST

Gratuïta

---





Nivell de dificultat



## FESTA D'HIVERN

---

### CONTINGUT

Conjunt d'activitats lúdiques, d'habilitats i de diferents jocs de punteria, amb música i balls. Tancament del primer bloc de les jornades.

---

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

---

### LLOC

Pavelló de El Morell

---

### DATA/ES

11 de desembre 2018

---

### COL·LABORA

Ajuntament de El Morell



### COST

Gratuïta

---



**FI DEL 1r BLOC D'ACTIVITATS**



## 2n BLOC D'ACTIVITATS 2018-2019

Nivell de dificultat



### TENNIS TAULA

---

#### CONTINGUT

Realització de diferents jocs per a la pràctica de l'esport del tennis taula. Així com, també, el joc reglat. Disseny i control de les activitats a càrrec dels alumnes del IES Collblanc.

---

#### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

---

#### LLOC

Institut Collblanc (La Canonja)

<http://www.xtec.cat/iescollblanc/Pagines/institut.html>

---

#### DATA/ES

13 de març 2019

---

#### COL·LABORA



---

#### COST

Gratuïta

---





Nivell de dificultat



## JOCS D'EQUIP I FRONTÓ

### CONTINGUT

Jornada d'esports tradicionals com basquet i/o futbol adaptat a les necessitats de tots els participants. Amb circuits de proves i tasques d'habilitats. I un apartat a la introducció al Frontó.

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

### LLOC

Institut Vila-Seca  
<http://www.iesvila-seca.cat>

### DATA/ES

27 de març 2019

### COL·LABORA



### COST

Gratuïta







Nivell de dificultat



## TOC-BOL

---

### CONTINGUT

Modalitat d'equip innovadora, molt lúdica i adaptable a diferents perfils de jugadors. Amb la participació activa dels alumnes d'un centre educatiu de la localitat.

---

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

---

### LLOC

Pavelló ELS CAUS, Torredembarra

[http://toc-bol.com/Web\\_Oficial\\_de\\_Toc-Bol/TOC-BOL.html](http://toc-bol.com/Web_Oficial_de_Toc-Bol/TOC-BOL.html)

---

### DATA/ES

10 d'abril 2019

---

### COL-LABORA



### COST

Gratuïta.

---





Nivell de dificultat



## GOLF

---

### CONTINGUT

Bateig de golf amb material convencional i alternatiu en el que es fan llançaments a diferents zones de pràctiques del camp de entrenament.

---

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

---

### LLOC

El Catllar

---

### DATA/ES

24 d'abril de 2019

---

### COL·LABORA



Golf Costa Daurada

---

### COST

Gratuïta

---





Nivell de dificultat



## BITLLES TRADICIONALS CATALANES

### CONTINGUT

Es tracta d'un joc tradicional català, el jugador llença fins a tres bitllets des d'una distància predeterminada, l'objectiu principal es fer bitlla, és a dir, tombar cinc de les sis bitlles. Control tècnic de l'activitat a càrrec dels alumnes del IES.

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

### LLOC

Institut Collblanc (La Canonja)

<http://www.xtec.cat/iescollblanc/Pagines/institut.html>

### DATA/ES

08 de maig de 2019

### COL-LABORA



### COST

Gratuïta





Nivell de dificultat



## ESGRIMA

### CONTINGUT

L'activitat consisteix en la iniciació a la practica de l'esgrima mitjançant jocs aplicats i amb material tou. Amb la col·laboració dels alumnes de la escola Mare de Deu del Lledó. Control tècnic a càrrec del Consell Esportiu del Tarragonès.

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

### LLOC

Institut de Sant Pere i Sant Pau. Tarragona

### DATA/ES

22 de maig 2019

### COL·LABORA

IES Sant Pere i Sant pau



### COST

Gratuïta.





Nivell de dificultat



## JORNADA AQUÀTICA

### CONTINGUT

Desenvoluparem jocs i activitats lúdic-esportives i musicals al medi aquàtic. Recordeu que pel bon funcionament de l'activitat, així com per garantir un bon ús de la piscina, els participants han de comptar amb les habilitats per estar dins de l'aigua.

### PARTICIPANTS

Màxim 6 participants per taller.

### LLOC

PISCINA MUNICIPAL DE LA SECUITA.

**Horari específic** de l'activitat: 10.30-10.45: arribada i esmorzar

11h: inici de l'activitat

12.15-12.30: finalització

<http://www.lasecuita.cat/complex-esportiu/piscines>

### DATA/ES

3 de juliol 2019

### COL-LABORA



Ajuntament de La Secuita

### COST

Gratuïta





Nivell de dificultat



## FESTA D'ESTIU

---

### CONTINGUT

Tancament del programa amb la Festa ludicoesportiva, amb un circuit d'activitats, jocs i música, amb la possibilitat de tancar la jornada amb un bany a la piscina.

---

### PARTICIPANTS

Màxim 15 participants per taller.

---

### LLOC

Torre d'en Guiu – El Catllar  
<http://gencat.cat/equipaments/menuitem.8ab6f25a2c36caf776940efcb0c0e1a1/index7bd1.html?vgn...>

---

### DATA/ES

10 de juliol 2019

---

### COL·LABORA



Ajuntament de El Catllar

---

### COST

Gratuïta.

---



**Amb aquesta activitat es tanca el programa de Jornades esportives per a persones amb discapacitat 2018/2019**