



XXI Jornades Esportives per a persones amb Discapacitat 2016-2017

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
DESCRIPCIÓ ACTIVITATS 1er BLOC 2016-2017	
BATEIG DE MAR (VELA).....	7
GOLF	8
SENDERISME	9
TENNIS	10
AERÒBIC DANSES	11
PETANCA	12
BOWLING	13
WATERPOLO I NATACIÓ SINCRONITZADA	14
DESCRIPCIÓ ACTIVITATS 2n BLOC 2016-2017	
TENNIS TAULA	15
ESPORTS D'EQUIP	16
BITLLES TRADICIONALS CATALANES	17
INICIACIÓ A LA EQUITACIÓ	18
TOC-BOL	19
ESGRIMA	20
QI GONG (CHI KUNG)	21
JORNADA AQUÀTICA	22
FESTA D'ESTIU	23



XXI JORNADES ESPORTIVES PER A PERSONES AMB DISCAPACITAT 2016-2017

INTRODUCCIÓ

Les Jornades Esportives sorgeixen al 1997 per donar resposta a la demanda d'activitats lúdic-esportives a les persones amb discapacitat en el període d'estiu. Al llarg dels anys el període s'ha anat ampliant fins a tenir activitats durant gairebé tot l'any.

Actualment, aquestes jornades estan adquirint certa 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 aquest any 2016-2017 la col·laboració que es va iniciar en edicions anteriors dels voluntaris dels **JJMM Tarragona 2017** i que aquest any tornaran a tenir una gran presència en les jornades.

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 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 **14 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 i que s'ha de presentar si es vol participar abans del **8 de setembre**. La data màxima per a les activitats del període de març a juliol de 2017, és el **20 de febrer**.



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@onada.org

Per qualsevol consulta o aclariment podeu adreçar-vos

a qualsevol de les dues entitats organitzadores:

➤ Consell Esportiu del Tarragonès (Tel.: 977.249.484)

www.cetarragones.cat

➤ Fundació Privada Onada (Tel. 607.840.192 // 977.55.29.26)

www.fundacioonada.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

13, 14 i 15 de setembre de 2016.
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



GOLF

CONTINGUT

Bateig de golf amb material alternatiu i convencional en el que es faran llançaments a les diferents zones de pràctiques del camp, sota la supervisió d'un monitor de golf especialista.

PARTICIPANTS

Màxim 8 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 Golf Costa Daurada. El Catllar
<http://www.golfcostadoradatarragona.com>

DATA/ES

21 de setembre 2016

COL·LABORA

Club Golf Costa Daurada



COST

Gratuïta





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

Pantà de Siurana

DATA/ES

28 de setembre 2016

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 8 participants per taller.

LLOC

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

<http://www.tennistdb.cat>

DATA/ES

5 d'octubre 2016

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.

Màxim 8 participants per taller.

PARTICIPANTS

LLOC

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

DATA/ES

19 d'octubre 2016

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 (bitllot) que ha estat llençada anteriorment per un dels jugadors. Un cop s'ha llençat el bitllot, 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 8 participants per taller.

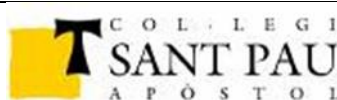
LLOC

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

DATA/ES

2 de novembre 2016

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 8 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

16 de novembre 2016

COL·LABORA



COST

3.90€ per participant (sabates incloses)



Nivell de dificultat



II 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 8 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

30 de novembre 2016

COL·LABORA



COST

Gratuïta



2n BLOC D'ACTIVITATS 2016-2017

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 8 participants per taller.

LLOC

Institut Collblanc (La Canonja)
<http://www.xtec.cat/iescollblanc/Pagines/institut.html>

DATA/ES

8 de març 2017

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 8 participants per taller.

LLOC

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

DATA/ES

22 de març 2017

COL·LABORA



COST

Gratuïta



Nivell de dificultat



BITLLES TRADICIONALS CATALANES

CONTINGUT

Es tracta d'un joc tradicional català, el jugador llença fins a tres bitllots 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 8 participants per taller.

LLOC

Institut Collblanc (La Canonja)
<http://www.xtec.cat/iescollblanc/Pagines/institut.html>

DATA/ES

5 d'abril 2017

COL·LABORA



COST

Gratuïta





Nivell de dificultat



INICIACIÓ A L'EQUITACIÓ

CONTINGUT

Donar a conèixer l'equitació i el món del cavall des d'una visió lúdica. Apropament al cavall, tasques d'higiene, preparació de l'equipament, muntar - passeig per pista i fora de pista – i acomiadament.

Podeu portar pastanagues, pomes i enciam per si voleu donar de menjar als cavalls.

PARTICIPANTS

Màxim 8 participants per taller.

LLOC

Centre Hípic Adaptat Mas Aragó (El Ponts d'Armentera)

<http://masarago.com>

DATA/ES

A determinar.

COL·LABORA



COST

25€ per participant





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 8 participants per taller.

LLOC

Pavelló Sant Jordi Torredembarra (Zona esportiva municipal, s/n)
http://toc-bol.com/Web_Oficial_de_Toc-Bol/TOC-BOL.html

DATA/ES

26 d'abril 2017

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 8 participants per taller.

LLOC

Pavelló d'esports de la Pobla de Mafumet.

DATA/ES

24 de maig 2017

COL·LABORA



Ajuntament La Pobla de Mafumet

COST

Gratuïta.





Nivell de dificultat



QI GONG

CONTINGUT

es una teràpia medicinal d'origen xinès que pertany al mateix grup que altres teràpies com el tai chi o el reiki. Ajuda a eliminar tensions i l'estrès.

PARTICIPANTS

Màxim 8 participants per taller.

LLOC

Parc Francolí

DATA/ES

7 de juny 2017

COL·LABORA

Enric Gil Robert

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 8 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.lasecuia.cat/complex-esportiu/piscines>

DATA/ES

5 de juliol 2017

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 musica, 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

12 de juliol 2017

COL·LABORA



Ajuntament de El Catllar

COST

Gratuïta.



Amb aquesta activitat es tanca el programa de Jornades esportives per a persones amb discapacitat 2016 - 2017