

JOCS D'INICIACIÓ ESPORTIVA

BLOC: El joc

Cicle: Mitjà

Curs: 3r i 4t

Núm. de sessions: 6 + 6

Competències Bàsiques

1. Competència comunicativa lingüística i audiovisual

5. Competència d'aprendre a aprendre

2. Competències artística i cultural

6. Competència d'autonomia i iniciativa personal

3. Tractament de la informació i competència digital

7. Competència en el coneixement i la interacció amb el món físic

4. Competència matemàtica

8. Competència social i ciutadana

Objectius

1. Conèixer, acceptar i valorar el propi cos i l'activitat física com a mitjà d'exploració per l'elaboració de l'autoimatge, l'autoestima i l'autoconfiança.

6. Regular i dosificar l'esforç, assolint un nivell d'autoexigència d'acord amb les pròpies possibilitats i les característiques de la tasca.

2. Apreciar els efectes beneficiosos envers la salut de l'exercici físic i de l'adquisició d'hàbits higiènics, alimentaris i posturals.

7. Explorar les possibilitats i recursos expressius del propi cos per comunicar sensacions, emocions i idees.

3. Utilitzar el coneixement del propi cos, les capacitats físiques i les habilitats motrius per resoldre i adaptar el moviment a les necessitats o circumstàncies de cada situació.

8. Compartir i gaudir de l'exercici físic i de l'expressió i comunicació corporal en col·lectivitat mitjançant el joc, la dansa i qualsevol activitat física que comporti el desenvolupament de la persona.

4. Seleccionar i aplicar de forma eficaç i autònoma, principis i regles per resoldre problemes motors en la pràctica d'activitats físiques.

9. Participar en activitats físiques compartint projectes, establint relacions de cooperació per assolir objectius comuns sense discriminacions, per mitjà de la participació solidària, tolerant, responsable i respectuosa i resolent els conflictes mitjançant el diàleg.

5. Participar en jocs com a element d'aproximació als altres, seleccionant les accions i controlant l'execució de les mateixes, prèvia valoració de les pròpies possibilitats.

10. Conèixer i valorar la diversitat d'activitats físiques, lúdiques i esportives com elements culturals, propis i d'altres cultures, mostrant una actitud crítica tant des de la perspectiva de participant com d'espectador/a.

Continguts del bloc	
Apreciació del joc com a element de la realitat social i cultural.	Participació en diferents tipus de joc.
Execució i descobriment de les estratègies bàsiques del joc relacionades amb la cooperació, l'oposició i la cooperació/oposició amb relació a les regles del joc.	Actitud responsable en relació amb l'estratègia del joc.
Reconeixement i valoració de les persones que participen en el joc.	Comprensió, acceptació i compliment de les normes del joc.
Valoració de l'esforç en els jocs.	Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús del temps de lleure.

Criteris d'avaluació de cicle	
Utilitzar les nocions topològiques per orientar-se a l'espai en relació a la posició de persones i d'objectes.	Participar en les activitats físiques ajustant la pròpia actuació a les possibilitats i limitacions corporals i de moviment.
Desplaçar-se i saltar mitjançant un moviment corporal coordinat.	Saltar i llençar objectes coordinadament.
Incorporar conductes actives d'acord amb el valor de l'exercici físic per a la salut, mostrant interès per la cura del propi cos.	Proposar estructures rítmiques senzilles i reproduir-les corporalment o amb instruments.
Utilitzar els recursos expressius del cos i promoure el treball en grup per representar i escenificar històries reals o imaginàries	Participar i gaudir dels jocs i les activitats físiques amb coneixement i respecte de les normes i mostrant una actitud d'acceptació vers els companys.

Objectius didàctics	Criteris d'avaluació
<ul style="list-style-type: none">• Conèixer i acceptar les regles del joc.• Acceptar el guanyar i perdre durant el joc.• Iniciar-se en el desenvolupament de les habilitats esportives.• Desenvolupar les habilitats motrius bàsiques en el joc.• Participar activament en els jocs i tasques presentades.• Treballar les agrupacions i dispersions dels alumnes en l'espai durant el joc.• Realitzar moviments coordinats amb implements (estics, raquetes, bat...) o sense.• Gaudir del joc respectant als companys/es.	<p>L'alumne ha de ser capaç de:</p> <ul style="list-style-type: none">• Complir les regles del joc.• Acceptar la derrota.• Reconèixer quines habilitats motrius són adequades en cada esport.• Aplicar les habilitats motrius bàsiques eficientment en el joc.• Mostrar interès en els jocs proposats.• Conèixer i utilitzar els espais en el joc d'equip.• Utilitzar coordinadament els implements en els jocs.• Gaudir del joc respectant els companys/es.

Activitats d'aprenentatge	Activitats d'avaluació
<p>Inici:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mirar un vídeo de qualsevol esport d'elit (Handbol, futbol, bàsquet...). Observació de la col·locació dels components dels equips, del que té la pilota (per exemple www.youtube.com/watch?v=31v8869ahAE) • Explicació de que són els jocs pre-esportius. • Jclíc. Els esports. (http://clíc.xtec.cat/db/act_ca.jsp?id=3394) <p>Desenvolupament:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Moros i cristians: En primer lloc s'ha de dividir el grup amb dos equips (moros i cristians). Cada equip s'haurà de situar damunt la línia lateral de la pista, un davant de l'altre. Un equip posa el palmell de la mà de cara amunt i un component de l'altre equip es desplaça fins on hi ha situat l'altre equip. Aquest component va acariciant les mans dels oponents. Quan en un l'hi pica fort la mà aquest ha d'atrapar-lo abans que el que ha picat arribi un altre cop a línia que hi ha el seu equip. Cada cop que un alumne/a arriba a la seva línia sense que l'atrapin aconsegueix un punt pel seu equip. Sinó es canvien els rols dels equips. • Blanc i negre: Es fan parelles a una distància aproximada d'1 m o 2m. Cada parella es situa un darrera de l'altre/a. Els d'un costat seran blancs i els de l'altre seran negres. Quan el mestre/a cridi blanc els negres han d'intentar atrapar els blancs abans que aquests arribin a un punt marcat i a la inversa. Variants: Un de la parella són els números parells i l'altre els imparells. El mestre/a diu una operació matemàtica o un número (segons el nivell del grup) i aquests han de córrer cap a un costat o cap l'altre. També es pot variar la forma de sortida i de desplaçament. 	

- **El mocador:** Es divideix el grup en dos equips i es situen un a cada costat del fons de la pista. Cada membre del grup haurà de tenir un número. El mestre s'ha de situar al centre de la pista tot agafant un mocador. Quan digui un número el nens/es de cada equip que tinguin el número que ha cridat el mestre/a hauran d'intentar agafar el mocador abans que l'altre i portar-lo a on hi ha el seu equip. Si ho aconsegueix obtenen un punt.
 - *Variant 1:* Pilota de bàsquet i tornar botant. Pilota de futbol i tornar conduint. Hoquei i conduir la pilota amb l'stick.
 - *Variant 2:* Qui agafa la pilota de bàsquet ha d'intentar encistellar i l'altre ha de defensar fins que tira a cistella. Futbol intentar marcar un gol.
 - *Variant 3* El mestre/a té dos mocadors. Els jugadors que els toca sortir han d'agafar un mocador i lligar-lo a qualsevol part del cos d'un jugador de l'equip contrari. Un cop lligat tornes a on hi ha el teu equip, deslligues el mocador i el tornes a portar al mestre/a. El primer que arriba obtindrà un punt.
 - *Variant 4:* Variar la forma de desplaçament cap el centre. El mestre/a té la possibilitat de dir més d'un número a la vegada i el desplaçament haurà de ser amb parella, trio,... (carretó, cadireta, ...)
- **Tocar i parar:** El perseguidor intenta tocar a qualsevol dels altres jugadors. El que és tocat és converteix en perseguidor i l'altre deixa de ser-ho.
- **Atrapen 4:** Quatre alumnes persegueixen a la resta del grup fins que no en quedi cap. Els tocats s'asseuen a terra fins que s'acaba la partida. Variant: els tocats es converteixen en perseguidors fins que tot el grup és perseguidor.
- **L'Aranya:** Tota la classe esta al fons de la pista menys el que para (l'aranya) que és col·loca a sobre de la línia del mig. Aquest només pot desplaçar-se lateralment per sobre de la línia i ha de intentar tocar als altres companys. Els altres companys han de passar d'un costat a l'altre sense ser tocats per l'aranya. Quan un alumne es

tocat, es converteix amb aranya. Els del mig diuen aranya i els altres contesten peluda per poder passar a l'altre costat. Variant: el mateix però amb tres línies i tres aranyes.

- **Cadena:** El perseguidor intenta tocar a tota la resta. El jugador que és tocat s'agafa de la mà d'aquest i intenten perseguir a la resta. I es fa una cadena amb tots els tocats fins al final que estan tots atrapats. Si es trenca la cadena no poden tocar a cap company. Variant: La cadena partida, és el mateix joc, però quan son quatre és parteix la cadena per la meitat (de 2 en 2).
- **Tallar el fil:** El perseguidor diu el nom de l'alumne que vol atrapar. Els companys tallen el fil passant entre el perseguidor i el perseguit. Cada cop que un nen/a talla el fil, és converteix en perseguit i ha de dir el seu nom. Si el perseguidor atrapa al perseguit aquest ha de dir el nom d'un altre company/a.
- **El "comecocos" o "pacman":** Els nens/es s'han de moure tots/es per les línies de la pista. 1 alumne para (amb un pitrall). Aquest ha d'intentar tocar a la resta. Quan un és tocat va a buscar un pitrall per convertir-se en comecocos. El joc s'acaba quan tots són comecocos. Variant: Paren 2 o 3 alumnes. Quan un és tocat passa a ser comecocos. (s'intercanvien el pitrall).
- **STOP:** Un atrapa i els altres són els perseguits. Quan algun nen/a veu que estan a punt de ser atrapat pot dir STOP i es posa amb els braços i cames oberts. Aquest ja no es pot moure fins que un company/a li passa per sota les cames. Mentre el company/a esta passant per sota, el perseguidor no els pot tocar. Variants: Pot haver-hi més d'un que atrapa. Es pot salvar de diferents formes.
- **Peste alta:** Un atrapa i els altres són els perseguits. Quan algun nen/a veu que estan a punt de ser atrapat pot enfilarse en algun lloc o objecte (bancs, espatlleres, ...) Variant: Cada cop que la mestra toca un xiulet han de canviar de lloc, i no poden canviar-se de lloc.
- **Paquets:** Es tracta de que el mestre digui un número i els alumnes han d'ajuntar-se per grups segons el número que ha dit el mestre.

- Filmarem el joc i el següent dia anirem a mirar-lo i omplirem autoavaluació (annex1)

- **Pilota plantada**

Variant: Abans de fer els grups o entre els canvis de grup, han de córrer per tot l'espai. Es pot córrer de diferents nombres.

- **El joc dels números:** Es desplacen per l'espai de diferents formes que diu el mestre. Quan diu un número el primer cop se'ls mostra quina activitat han de realitzar (saltar, ajupir-se, fer una flexió, abdominals, enfilat-se a les espatlles, girs...) . Cada número té una acció concreta que hauran de memoritzar. Després s'aniran repetint els números i aquests l'hauran de realitzar de memòria.
- **Polis i lladres:** La meitat de la classe persegueix (polícies) i l'altra meitat és perseguida (lladres). Quan un policia atrapa a un lladre el porta a la presó, la resta de lladres el poden salvar tocant-li la mà.
- **Les 4 cantonades:** és col·loquen en 4 grups a les cantonades de la pista, menys un nen/a que es queda al centre. El mestre/a diu dreta o esquerra i els alumnes hauran de córrer fins a la cantonada indicada. El del mig ha d'intentar prendre el lloc dels companys/es. L'últim d'arribar a la cantonada escollida pel del mig se'n va al mig. Variant: amb pilota als peus.
- **Pilota caçadora:** Comencen atrapant dues persones amb una pilota. La persona que té la pilota no es pot moure. Per atrapar els altres jugadors s'han de passar la pilota i tocar-los amb aquesta sense llençar-la. Quan atrapen a un jugador aquest passa a atrapar fins que tothom queda atrapat. **Variant:** quan atrapen algú canvi de rols.
- **Pilota - torre:** es fan dos equips i cada equip té una zona al final de la pista on l'equip contrari no pot entrar. Dins d'aquesta zona s'hi col·locarà un jugador (la torre) i ningú més hi pot entrar. Els jugadors d'un equip s'han d'anar passant la pilota fins a fer una passada a la persona que està dins de la zona prohibida. Si ho aconsegueixen és un punt i si no es dona la pilota a l'equip contrari.

Variant: de menys a més difícil: la torre es pot moure dins de la zona prohibida, posar la torre dins d'un cercle, posar la torre

sobre d'un lloc elevat, posar la torre en un lloc elevat i amb un cercle a la mà...

- **Pilota plantada:** Es divideix la classe en dos equips. Cada equip tindrà al seu fons de pista, la seva zona d'anotar un punt. El jugador que tingui la pilota no es podrà desplaçar. Per realitzar un punt l'equip s'haurà de passar la pilota fins aconseguir plantar-la a la zona de punt de l'equip contrari.
 - *Variant 1:* “rugbi” el que té la pilota es pot desplaçar. Si un jugador de l'altre equip el toca aquest s'haurà de quedar quiet i passar la pilota a un company/a. Si decideix fer-ho amb les mans només podrà passar la pilota a un company/a que estigui situat més enrere que ell/a. Només podrà passar la pilota endavant xutant-la.
- **Patxo:** Es divideix la classe en dos equips. Un equip serà el colpejador i estarà situat dins de l'àrea de futbol sala. L'altre equip es repartirà per tota la pista. Un de l'equip colpejador haurà de colpejar la pilota que serà llençada per un jugador/a de l'altre equip (anomenat patxo). Un cop colpejada haurà de córrer fins a l'altre costat de la pista i tornar a la seva àrea. Mentrestant l'altre equip haurà de recollir la pilota i intentar tocar al que ha colpejat mitjançant el llançament d'aquesta abans de que arribi a l'àrea. Així successivament fins que hagi colpejat tot l'equip. Un cop hagin colpejat tots es canviarà el rol dels equips a no ser que un de l'equip contrari agafi la pilota abans de que aquesta toqui a terra, és a dir entomar. Si li entomen es canviarà de rol encara que no l'hagi colpejat tothom.
 - *Variant 1:* Canviarem el colpeig per un llançament amb la mà o bé un xut amb el peu.
- **La pastora o cementiri o punxats:** hi ha 4 zones de joc. 2 cementiris a cada punta i 2 espais al mig on es situaran els equips. Per començar el joc caldrà que un de cada equip es situï al cementiri de l'altre costat de la pista però quan maten algú aquest pot tornar a la zona de “vius”. Es juga amb una pilota tova i

es tracta d'intentar tocar algú de l'equip contrari abans que la pilota toqui a terra. Els de l'equip contrari intentaran esquivar la pilota o escapar-la. Si escapcen la pilota el que l'ha llençat està mort. En cas que toquin algú i la pilota caigui a terra, aquest se n'ha d'anar al cementiri i per salvar-se ha de tocar algú llençant la pilota. S'acaba el joc quan tot un equip està al cementiri.

- *Variant 1:* cada equip ha de triar un rei o una reina que només coneixeran les persones del seu equip. Si maten aquesta persona tot l'equip queda mort, els del seu equip han de dissimular però al mateix temps protegir-lo. El mestre/a ha de conèixer el rei o reina de cada equip.
- *Variant 2:* quan un llença i l'altre l'entoma/escapça, la persona que ha escapçat té una vida i quan el maten la pot fer servir. Com a màxim pot tenir tres vides. La persona que ha llençat, en aquest cas, no es moriria.
- *Variant 3:* A dins del propi camp els alumnes que tenen la pilota no es poden desplaçar i per acostar-se a l'objectiu han de passar-se la pilota entre ells. Treballant la tàctica dels jocs esportius.
- **Mata conills:** Tots els alumnes estan lliurement per l'espai, un d'ells té la pilota i no es pot moure. Ha de llençar la pilota i intentar tocar algú, si ho fa l'altre està mort i seu a terra. Si algú l'escapça abans de que toqui a terra el llançador està mort i també ha de seure a terra. Hi ha dues maneres per tornar a ser viu: que matin la persona que els ha matat o que es passin la pilota entre els morts.
 - *Variant 1:* per facilitar el joc al començament, la persona que té la pilota pot fer 3 passes abans de llençar.
 - *Variant 2:* qui agafa la pilota ha de dir STOP tots els altres han de parar de córrer i estar-se quiets. El que té la pilota els ha d'intentar tocar mitjançant el llançament.
 - *Variant 3:* Un alumne agafa la pilota i la llença a l'aire ha de dir el nom d'un company/a, aquest/a haurà d'anar a agafar la

- COAVALUACIÓ (annex2)

pilota tan ràpid com pugui i quan l'agafa ha de dir STOP i intentar tocar algú mitjançant el llançament. Si no toca ningú torna a buscar la pilota i diu STOP i així successivament fins que toca algú. Quan toca algú, aquest passa a tirar la pilota a l'aire.

- **Mate:** Tots els alumnes estan a la paret i un d'ells ha de llançar la pilota des de davant a una distància aproximada de dos mestres. El llançador ha d'intentar tocar els companys si ho fa, canvi de rol.
- **Pilota cercle:** Es fan dos equips de 4 o 6 jugadors. Un equip es situa dins de cercles i aquests estan situats al terreny de joc en forma de quadrat o una altre figura. L'altre equip s'ha de situar a dins de la figura. L'equip que està dins els cercles s'ha de passar la pilota intentat que l'altre equip no l'intercepti. Si la passen aconseguiran un punt si els hi intercepten es canviaran el rol.
- **Pilota per damunt la corda:** Es divideix el grup en dos equips. Hi ha dos camps separats per una xarxa (corda). A cada camp es situen la meitat de jugadors de cada equip. L'equip que té la pilota ha de passar-la per sobre la xarxa a un company del seu equip, si ho aconsegueix s'anota un punt. Abans de passar-la a l'altre camp se la poden passar al mateix camp esperant que els companys/es es desmarquin. Els jugadors de l'equip contrari intentaran interceptar la pilota. Si la pilota surt dels límits del camp, toca la xarxa, passa per sota o bé la intercepta un oponent, la possessió de la pilota serà per l'equip contrari. Guanya l'equip que fa més punts o el primer que arriba al número de punts indicat.
- **Tombar el pal (Iniciació al Handbol):** En primer lloc marcarem un cercle de 6 metres de diàmetre i posarem una pica al centre. Dividim el grup en dos equips i se situaran lliurement al voltant del cercle. L'equip que té la possessió de la pilota ha d'intentar tombar la pica llençant des de l'exterior del cercle. Si ho aconsegueixen obtindran un punt. Els que tenen la possessió també es poden passar la pilota entre ells i moure's lliurement per tot el camp excepte l'interior del cercle. Cada vegada que

s'intercepti una pilota o bé es faci punt s'haurà de sacar la pilota des de fora dels límits del camp. El jugador que té la pilota no podrà fer més de tres passes sense botar la pilota. Tampoc es podrà prendre la pilota de les mans del rival.

- **Variant:** Es pot augmentar el diàmetre del cercle per augmentar la dificultat del llançament.
- **L'estrella:** Es situen els alumnes en forma de cercle excepte un/a (el nucli) que es situa al centre. L'alumne/a anomenat nucli, té una pilota que li passarà a un company/a del cercle. Aquest li tornarà la passada al nucli i es desplaçarà fins el centre. El nucli, abans de cedir-li el lloc, passarà la pilota al company del costat i aquest li retornarà al nou nucli. Així successivament fins a completar tota la rotllana.
 - **Variant 1:** Es pot fer amb el peu, amb les mans, amb un stick i una pilota, ...
 - **Variant 2:** Ordre de passada aleatori per part del nucli.
- **Rondo:** Es situen els alumnes en forma de cercle excepte un que es situa al centre que serà el que haurà d'interceptar la pilota mentre els seus companys se la passen amb les mans. A l'alumne que li intercepten la pilota s'haurà de col·locar al centre. El que estava al centre es col·loca a la rotllana.
 - **Variant 1:** Es poden fer diferents variants, canviant peus per mans, posant materials..
 - **Variant 2:** Variar el diàmetre de la rotllana. **Variant 3:** Variar el nombre d'alumnes al centre. **Variant 4:** Variar el nombre de tocs per persona. **Variant 5:** Variar el tipus de passada (ma: passada de pit, per sobre el cap ... Peu: amb l'interior, exterior, ...) **Variant 6:** Manteniment: tothom té una pilota i llavors han d'intentar tirar fora la dels altres (mans, peus, raqueta..
- **Jocs amb raquetes:**
- **Frontó individual:** Cada alumne tindrà una raqueta. Els alumnes es disposaran amb filera davant d'una paret a una distància de 4m

aproximadament. El primer colpejara la pilota contra la paret i es posarà l'últim. El segon, ha d'intentar colpejar la pilota abans que faci un bot, 2, 3 o 4... Així successivament. Cada cop que colpegem bé la pilota guanyem un punt.

- **Frontó per equips:** Hi haurà dos equips. Es disposaran amb una raqueta cada alumne i intercalats els dos equips. Es juga igual que al frontó individual. Però els punts els guanya tot l'equip.
- **Curses de relleus fent tocs.** Com una cursa de relleus però amb raquetes i pilotes. Ho podem fer: com un cambrer (sense botar la pilota i que no caigui al terra), botant la pilota al terra, fent tocs enlaire, fent tocs girant la raqueta, ...
- **Tennis.** Es posen per parelles un enfront de l'altre amb una xarxa al mig, o una corda,... Els nens cadascun amb una raqueta, han de passar-se la pilota fent un bot a terra. La pilota ha de passar al camp contrari després de ser colpejada. Podem treballar diferents tipus de cops: drive, revés, deixada, sac....
- **Jocs d'escalada:**
- **Qui és capaç de?:** Els alumnes es van desplaçant lliurement pel gimnàs. El/la mestre/a els hi proposa diferents reptes relacionats amb la grimpada. Per exemple: Qui és capaç de pujar fins a dalt de tot de les espatlles. Qui és el primer de baixar. Qui és capaç de pujar barrot per barrot. Qui és capaç de pujar de 3 en 3 o 4 en 4... Qui és capaç de pujar d'esquena. Qui és capaç d'anar d'un costat a l'altre de les espatlles. **Variant:** Dividim el grup en equips i fem relleus.
- **Circuit amb obstacles:** La meitat de la classe es situa damunt les espatlles d'una forma concreta que és la següent: el primer/a s'ha de situar agafat de mans i peus amb el cul enfora per tal que els companys puguin passar per sota de l'arc que creen. El segon s'ha d'agafar de mans i peus ben enganxat a les espatlles per tal que els companys puguin passar per l'esquena de l'alumne/a. El tercer s'ha de situar com el primer i així successivament. L'altre

meitat de la classe haurà d'enfilar-se a les espatlles i passar d'una banda a l'altra tot superant els obstacles (companys/es).

- **Iniciació a l'escalada:** A les barres de les espatlles hi posarem marques de colors (cinta aïllant, gomets, mocadors lligats, ...). Cada color indicarà una dificultat diferent. Els alumnes hauran de pujar i baixar o bé desplaçar-se lateralment seguint les indicacions del mestre/a: 1- poden tocar tots els colors. 2- Poden tocar dos colors. 3- Poden tocar només les marques d'un color.
- **Jocs de saltar:**
- **Saltar el riu:** Es col·loquen dues cordes que simbolitzen el riu. Els alumnes es col·locaran amb fila, a una distància que es puguin embalar per fer el salt. Cada cop que superen l'amplada del riu, aquest es va fent més ample. **Variant:** en lloc de col·locar les dues cordes paral·leles, es situen en forma “<” per tal que els alumnes puguin escollir l'amplada que puguin superar.
- **El rellotge:** Es posa un al mig agafant la corda per un extrem. Aquest ha de donar voltes i fer rodar la corda. Els altres companys/es es posen en cercle al seu voltant. De forma que ells/es hauran de saltar la corda sense que els toqui.
- **Triple salt:** Es col·loquen tres cercles un davant de l'altre una mica separats. I al final dels tres cercles es posa una corda, una mica més separada. Es tracta de que els nens/es han de saltar d'un cercle a un altre, posant només un peu a cadascun i saltar darrera la corda, amb els dos peus.
- **Salt de handbol:** Practicar el llançament a porteria del handbol. Es poden fer dues passes sense botar la pilota, i fer un salt per sobre el defensa i llençar la pilota mentre està a l'aire.
- **Material variat**
- **Pitxi:** Es divideix el grup en dos equips. Un equip és el colpejador i l'altre és el defensor. L'equip defensor ha d'escollir un pitxi, què és l'encarregat de tirar la pilota als colpejadors i de rebre-la

finalment per marcar el final de la jugada. La resta del grup defensor és reparteix per l'espai hi han d'anar a buscar la pilota, després que sigui colpejada i passar-se-la fins que arribi al pitxi. El grup colpejador, fan una filera i de un en un surten a colpejar amb un bat. El jugador que colpeja, ha de córrer de base en base fins aconseguir donar una volta sencera al camp. Si veu que no te temps de donar tota la volta pot parar a alguna base abans que la pilota arribi al pitxi. El batejador, té tres intents per tocar la pilota i que entri al camp. Sinó és així queda eliminat. Si la pilota es escapçada a l'aire pels defensors, hi ha un canvi de rol, d'equips. I també quan s'elimina a tot un equip. Cada vegada que un jugador fa tota una volta sencera havent batejat ell, aconseguix una vida pel seu equip. I llavors cada cop que un alumne passa per la meta després de donar una volta aconseguix un punt per al seu equip.

- **Variant:** Quant tots han batejat fer un canvi de rol d'equips per tal que tots puguin fer els dos rols. La puntuació canvia: si fan una vida, es contarà com dos punts. Els altres punts igual.
- **El dimoni:** Un alumne porta una cua al darrera. Aquest quan toca a un company/a queda eliminat. Els altres han d'intentar prendre-li la cua. Quan s'arranca la cua, es salven tots els alumnes eliminats i és torna a començar.
- **Arranca cues:** Tots els nens porten una cua al darrera. Els nens/es han de prendre la cua al seus companys/es. Quan ho fan se la col·loquen al darrera i continuen arrancant cues. Els que s'han quedat sense cua han d'anar a robar-ne una a algun company/a.

Síntesi-reptes:

- **Creuar el camp:** agrupar els alumnes en petits grups. Es tracta de creuar el camp de bàsquet amb el mínim de passes possible i sense que la pilota caigui a terra, havent tocat tots la pilota.
- **El circuit:** per grups. Cada grup crearà un camí de punta a punta del camp delimitat en cons. La resta de grups han de transportar

una pilota per dins del camí de la manera que se'ls digui. Els alumnes amb la pilota no es poden moure i la pilota no pot sortir del camí marcat. El moviment de la pilota es pot fer amb mans i/o peus.

- **Salt d'alçada:** Amb l'ajuda de dues piques, i una goma elàstica, és realitza una tanca. La corda pot estar paral·lela al terra o bé amb diagonal, de forma que els nens/es poden decidir quina alçada volen saltar. Han d'aconseguir saltar el màxim que puguin.
- **Activitats TAC:** Jclic dels Els esports. http://clic.xtec.cat/db/act_ca.jsp?id=3394.

Observacions

- Per tal que els alumnes estiguin més actius durant les sessions es poden plantejar els jocs per estacions, (a cada estació poden triar entre dos jocs prèviament explicats o explicats amb fitxes).
- Allà on posem variants, prèviament els haurem preguntat si se'ls acudeix alguna altra forma de realitzar-la. Plantejar-los preguntes per agilitzar els jocs.
- Es posen tots els noms dels jocs plastificats en una bossa i és treuen tres jocs de forma aleatòria.
- Preguntar-los quins jocs els han agradat més de les sessions anteriors i realitzar-los.
- A molts jocs com la pilota caçadora, les 10 passades, ... abans d'acabar la classe se'ls donarà una fitxa on hi hauran d'escriure les propostes de millora per assolir l'objectiu del joc. Ex: en el joc de les 10 passades l'alumne explica que estan massa a sobre del que té la pilota... i proposa repartir-nos més per tot el terreny de joc. El següent dia és començarà llegint les propostes de millora i es tornarà a jugar al mateix joc fixant-nos en aquestes propostes.
- Proposar a un alumne fer de mestre. Aquell nen/a farà de mestre i àrbitre dels jocs proposats.
- A casa es preparen un joc per grups, (amb un objectiu especificat pel mestre/a). Al dia següent han d'explicar-lo als altres i aplicar-lo.
- Seria interessant que un mateix joc es treballés amb diferents materials dins la mateixa sessió, per tal que els alumnes puguin veure com un mateix joc es pot complicar només canviant el material. D'aquesta manera també veuen que en els esports col·lectius es basen en una estructura semblant. Exemple: les 10 passades primer amb pilota de bàsquet, llavors amb pilota de futbol i el peu i acabant amb un stick d'hoquei.