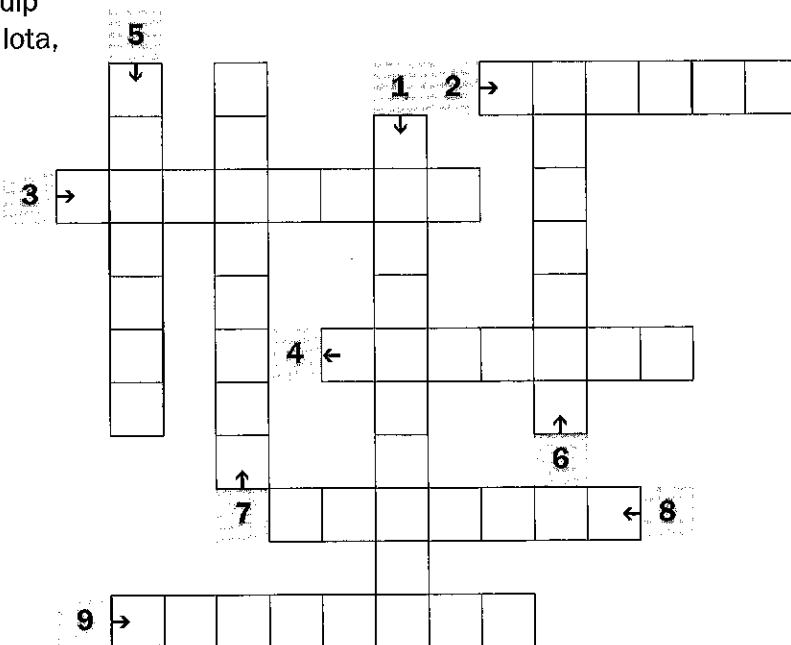


14

ELS JOCS I ESPORTS ALTERNATIU

1. Alternagrama

1. Versió masculina del softbol.
2. Tenen forma d'ampolla i amb elles podem fer jocs malabars.
3. Jocs d'habilitat.
4. A l'inrevés; amb elles, i una mica d'equilibri, podríem travessar rieres sense mullar-nos.
5. Es manté, en equilibri difícil, damunt un fil.
6. De baix a dalt; al començament era un saquet de sorra, al que s'enganxaven unes plomes.
7. De baix a dalt; joc d'equip en què, a manera de pilota, usem un disc.
8. A l'inrevés; travessa l'aire girant.
9. Joc que va néixer al Brasil, com alternativa al futbol i al voleibol.



2. **Escriu** en les línies de punts quin és l'objectiu de cadascun dels esports alternatius següents:

- ▶ Ultimate:
- ▶ Fut-volei:
- ▶ Prebeisbol:
- ▶ Pala càntabra:
- ▶ Shuttleball:

3. **Observa** aquestes tres columnes. En la primera i la tercera pots trobar-hi materials diversos que s'usen en alguns esports alternatius. Podries **relacionar-los**, mitjançant fletxes, amb els esports que hi ha a la segona columna, dels quals ja te n'hem parlat en el tema? Tingues en compte que pots relacionar algun d'aquests materials amb més d'un esport i que pot tractar-se d'adaptacions "casolanes" de l'esport en qüestió.

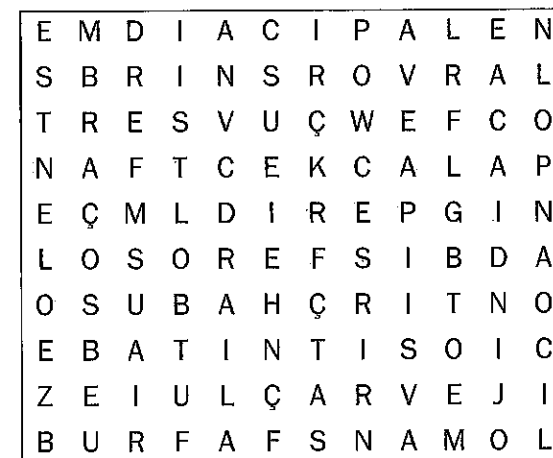
pompons
plat volador
pals units amb un fil
llaunes reciclades
batintí
cordes
pilota de futbol
raqueta de fusta

ULTIMATE
FUT-VOLEI
XANQUES
PREBEISBOL
PALA CÀNTABRA
JOCS MALABARS

BAT
XARXA
MASSES
GUANTS
PILOTA DE GOMA ESCUMA
DIÀBOLO
PILOTA DE GOMA
PLOMES

4. **Sopa de lletres definida.** Omple els buits amb les paraules corresponents. Després **cerca** aquestes paraules en la sopa de lletres. Recorda que les pots trobar en qualsevol direcció, fins i tot en diagonal.

- ▶ En el prebeisbol, la pilota es colpeja mentre roman estàtica damunt un suport anomenat
- ▶ En el shuttleball, l'objecte a colpejar és una amb una
- ▶ Els jocs i esports alternatius tenen un caràcter i de
- ▶ El fut-volei és un esport en què es barregen conceptes del voleibol i del..... Però, a diferència d'aquest darrer, no podem tocar la pilota amb els ni amb les



5. Series capaç de proposar un joc alternatiu per poder-lo practicar amb els teus companys i companyes en la classe d'Educació Física?

Nom del joc:

Terreny en què es juga:

Material necessari:

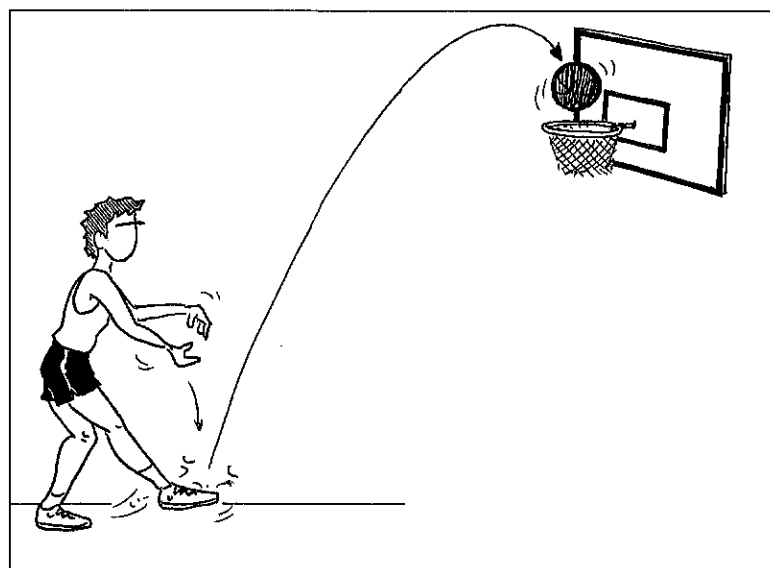
Nombre de jugadors:

Organització inicial:

Desenvolupament del joc:

Dibuix del camp:

6. Podries proposar regles per a un esport alternatiu a partir de dos esports tan coneguts com el futbol i el bàsquet?



7. Comprova els teus coneixements

De les tres respostes a cada pregunta, només una és correcta. **Encercla-la.**

1 En els jocs alternatius...

- a. ...s'usen materials convencionals.
- b. ...l'objectiu és marcadament competitiu.
- c. ...l'objectiu és de caràcter recreatiu, de diversió.

2 En el shuttleball, si aconseguixes que la pilota índiana toqui a terra en el camp contrari...

- a. ...sumes un punt; i si cau dins un dels quadres bonificats, 2 punts.
- b. ...sumes un punt; i si cau dins un dels quadres bonificats, guanyes el partit.
- c. ...sumes un punt; i si cau dins un dels quadres bonificats, en sumes 3 més.

3 En el prebeisbol...

- a. ...cada vegada que un corredor completa una correguda, el seu equip suma un punt.
- b. ...cada vegada que un corredor aconseguix arribar a una base, el seu equip suma un punt.
- c. ...el bateador colpeja la pilota mentre aquesta roman estàtica damunt un suport.