

## CAMPUS NATURA WIN TORTOSA

### OBJECTIUS

Promoure l'esport, cooperar amb els companys i gaudir de l'autonomia personal suficient per a superar les activitats i reptes diaris. Aprendre amb i a través de la resta, la història de la nostra ciutat i voltants, mitjançant formes lúdiques. Gaudint de les relacions i establint relacions afectives amb actituds empàtiques i de col·laboració.

Perfeccionar les habilitats motrius expressives i esportives generals i iniciar una especificació esportiva.

- Millorar les habilitats motrius i els fonaments tècnics generals dels esports individuals i adquirir capacitats tècniques específiques d'algun esport individual.
- Realitzar activitats físiques en l'entorn natural, presentant actituds de respecte per aquest i les normes de seguretat -rem, bicicleta, escalada, senderisme-
- Assumir i presentar hàbits higiènics i posturals saludables i presentar una actitud crítica envers els mals hàbits.

### ESTRUCTURA

Aquest campus té un format innovador i diferent a la resta. La proposta d'activitats planejades, estarà recolzada pel procés d'iniciació en la tècnica amb un suport el més professional possible per tal de garantir l'aprenentatge dels alumnes i oferir major seguretat en les diferents activitats que es proposen, sempre oferint un caràcter lúdic en aquestes activitats d'iniciació i d'aprenentatge.



## GRUPS D'EDAT

Nens i nenes de 1r i 2n ESO (nascuts entre el 2011 i 2010)

## ACTIVITATS

### Senderisme i curses d'orientació

Excursions a peu, amb finalitats físiques i educatives. Coneixement de l'entorn i la història.

Sortides: Castell de la Suda, Casc antic de Tortosa, entre d'altres.

Aprentatge de l'ús de la brúixola i aprendre a interpretar un mapa. A més de reforçar el treball cooperatiu.

### BTT

Sortides amb bicicleta de muntanya. Recorreguts de 6-10 km, per diferents indrets de la ciutat i voltants. A l'igual que les altres activitats, hi ha pensat fer un taller de manteniment de bicicletes, on s'ensenyarà a canviar una coberta, greixar la cadena, entre d'altres

### Rem i piragua

Aquestes activitats proposades, tan de manera individual com col·lectives, són un repte a assolir per part dels alumnes oferint diverses modalitats que es realitzaran pel riu Ebre. Per acabar de complementar aquestes activitats es realitzaran altres tipus d'activitats fora de l'aigua, per tal que els alumnes coneguin aspectes que s'han de treballar per garantir el coneixement de les activitats i que les realitzin de la manera més eficient possible.

## Horari

Horari Natura					
Dies	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
9:00-9:15	Entrada				
9:15-10:30	Treball Força circuit	Rem	BTT	Cursa Orientació	Jocs preesportius i tradicionals
10:30-11:00	Esmorzar				
11:00-12:00	Jocs Preesportius i Tradicionals	Rem	BTT	Cursa Orientació	Jocs preesportius i tradicionals
12:20-13:00	Piscina				
13:15-13:30	Sortida				