

ASTD: Esports a la Platja

Platja de Ribes Roges de Vilanova i la Geltrú

18 i 19 de maig de 2021.

Resum de la Trobada:

- ❖ 09.15-09.45 Arribada dels INS a la platja de Vilanova i la Geltrú i distribució dels grups bombolla-aula per l'espai habilitat per deixar bosses i jaquetes.
- ❖ 09.45-10.00 Assignació a cada grup bombolla-aula un responsable-monitor que serà l'encarregat de dirigir-los a la primera activitat, i també el que dinamitzarà cadascuna d'elles.
- ❖ Es faran 4 rotacions de 20' a cada una. Es parará per esmorzar de 10.30h. a 10.55h.

Proves i Rotacions:

- ❖ Hi haurà 3 activitats i s'anirà rotant en ordre ascendent per tal de garantir que tots els grups passin per totes les activitats.

- ❖ Activitat 1: Colpbol
- ❖ Activitat 2: Shootball
- ❖ Activitat 3: Ultimate
- ❖ Activitat 4: Voleibol



COLPBOL:

El Colpbol es defineix com un esport col•lectiu d'invasió disputat per dos equips mixtes formats per 10 jugadors en un espai clarament definit, la finalitat dels quals és introduir, a base de colpejos amb la mà, una pilota en la porteria contrària. <http://www.colpbol.es/que-es-el-colpbol.html>

ULTIMATE:

És un esport d'equip col•lectiu que es juga amb un disc volador o frisbee. L'objectiu del joc és aconseguir punts passant el disc al final de la zona oposada, de manera semblant al futbol americà. Els jugadors no poden córrer mentre tenen el disc. L'ultimate es caracteritza pel seu esperit del joc, amb els principis de joc net, esportivitat i goig de jugar. <http://lligacatalana.espadisc.org/>