



CAMPUS GIMNASIA RÍTMICA

VALDERROBRES

DEL 14 AL 19 DE JULIO • DE 9:00 A 18:30 H.

EDATS:

De 4 a 16 anys

INSCRIPCIONS:

www.proactivatee.com

 @proactivatee

 infoproactivat@gmail.com



PROACTIVA'T
EDUCACIÓ I ESPORT



Ayuntamiento de Valderrobres



SOBRE NOSOTROS

PROPUESTA EDUCATIVA

La empresa Proactiva't nace con el fin de generar actividades que ayuden al desarrollo integral de los niños/a y jóvenes utilizando el deporte y otras propuestas formativas y educativas para alcanzar este objetivo.

Es en este contexto, que como empresa con fines sociales, pretendemos promover de forma proactiva actividades que generen en la población más joven hábitos saludables y mejora de su crecimiento físico y cognitivo.

ORGANIGRAMA

Organización:

Javi Dilla

- Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
- Máster en Educación Secundaria.
- Entrenador UEFA "A".
- Coordinador FC Ascó.
- Entrenador Barça Academy.

Aleix Muñoz

- Maestro de Educación Primaria (Mención Educación Física).
- Máster en psicopedagogía.
- Entrenador UEFA "B".
- Entrenador futbol base Móra la Nova.
- Nivel First de Inglés.

Coordinación:

Sandra Ferré

- Grado en Educación Infantil
- Titulación como monitora de Gimnasia Rítmica.
- Amplia experiencia en el mundo de la Gimnasia Rítmica.

Monitoraje:

- Monitores/as con la titulación pertinente de Gimnasia Rítmica.
- Monitores/as con experiencia en el mundo de la Gimnasia Rítmica.





PROYECTO

El Campus de Gimnasia Rítmica Valderrobres busca promocionar el deporte no solo a nivel municipal sino comarcal. En este sentido, el objetivo principal es perfeccionar la base y los conocimientos de la Gimnasia Rítmica y a la vez fomentar valores sociales como el compañerismo, el respeto, el esfuerzo y el trabajo en equipo.

Es un proyecto que alcanza la IV edición debido al gran número de participantes que cada verano realizan la actividad de la Gimnasia Rítmica en Valderrobres. Es por este motivo que queremos ofrecer la posibilidad a los/las jóvenes de toda la comarca y alrededores de practicarlo de una forma lúdica durante las vacaciones de verano.

En el marco de este proyecto consideramos la gimnasia rítmica un eje vertebrador perfecto para construir hábitos saludables, mejorar las relaciones sociales, facilitar el crecimiento físico y cognitivo y, en definitiva, favorecer gracias a todos estos pilares el desarrollo integral de todos los/las gimnastas.





OBJETIVOS



Mejorar/perfeccionar los elementos de base y conocimientos de la Gimnasia Rítmica.



Adquirir valores como el compañerismo, el respeto y el trabajo en equipo, entre otros.



Promover hábitos alimentarios saludables.



Formación interdisciplinar para medio de diferentes talleres.



Mejorar su autonomía personal.



Disfrutar al máximo de esta experiencia.



METODOLOGIA

La metodología empleada en el proceso de enseñanza aprendizaje determinará qué tipo de logros puede llegar a obtener el/la practicante. Es importante tener en cuenta que en la Gimnasia Rítmica hay una serie de etapas de aprendizaje que van en función del nivel del/la practicante y que hay que ir superando.

En la primera etapa de aprendizaje se aborda el primer contacto con los aparatos. Para muchos de nuestros/as gimnastas será la primera vez que entren en contacto con los aparatos de gimnasia rítmica, aunque no será la primera vez que manipulan cuerdas, pelotas o aros. Lo que les planteamos es una experiencia diferente a la que conocen con esos aparatos tan típicos de los juegos de patio.

Los principios en el manejo de los cinco aparatos nos ayudan a comprender de manera general cómo se deben coger los aparatos para poderlos manipular correctamente, y qué es lo más importante que debemos recordar cuando estamos realizando una acción en esta primera etapa.

En la segunda etapa de aprendizaje se abordan problemas que se han de ir resolviendo. Empezamos con los movimientos conducidos desde los hombros. Son los movimientos conducidos que suponen mayor implicación de todo el cuerpo. Continuamos con los que son conducidos desde las muñecas y codos.

Finalmente se abordan los lanzamientos, ya que supone perder el contacto con el aparato, con un consecuente aumento en la dificultad. Paulatinamente también iremos introduciendo el descubrimiento y manipulación de acciones específicas que se realizan exclusivamente con uno o dos aparatos siempre adaptando las actividades al nivel evolutivo de todos i cada uno de los participantes.





PLANIFICACIÓ



9:00 Llegada. Introducci3n y charla t3cnica.
1a sesi3n de entrenamiento.
Actividades vinculadas a la t3cnica y la expresi3n corporal.



10:30 Almuerzo.
Hidrataci3n.



11:00 2a sesi3n de entrenamiento.
Ejercicios con aparato (cinta, aro,
maza, cuerda y pelota).



12:00 Piscina.
Pádel.



13:30 Comida.
Organizaci3n en turnos y grupos burbuja.
Hábitos higi3nicos y tiempo libre.



15:00 Talleres de diversos ámbitos (maquillaje, peluquería,
manualidades, t3cnica corporal, zumba...).



16:45 Merienda.
Hidrataci3n.



17:15 3a sesi3n de entrenamiento.
Actividades coreogr3ficas.



18:15 Clausura de la jornada.
Hábitos higi3nicos.



18:30 Recogida.

OTRAS ACTIVIDADES



Actividades acuáticas.



Talleres de diversos ámbitos:
manualidades, peluquería, maquillaje...



Actividades deportivas en entornos
naturales cercanos.



Sorteos y muchas sorpresas más!



PRECIOS

- **1 semana:** 189 € por participante.
175 € para el segundo hermano/a.
- **Pack campus Patinaje + Gimnasia Rítmica: 335 €** (Únicamente pago en efectivo en las oficinas del gimnasio).

El precio del Campus incluye todos los servicios que se detallan a continuación:

- 3 sesiones de entrenamiento diarias con monitoras tituladas.
- Talleres de diversos ámbitos: Peluquería, maquillaje...
- 2 equipaciones deportivas (2 camisetas y unas mallas).
- Acceso a la piscina municipal de Valderrobres.
- Almuerzo, comida y merienda.
- Seguro individual de cada participante.
- Diploma de participación.
- Fotografía de grupo.
- Otras sorpresas!

INSTALACIONES

- ✓ Pabellón Municipal de Valderrobres/Salón Hermanas.
- ✓ Piscinas Municipales de Valderrobres/ Pistas de pádel.
- ✓ Comedor escolar Municipal.
- ✓ Casa de la cultura de Valderrobres.





INSCRIPCIÓN

¡FECHA LÍMITE 13 DE JUNIO!

- 1** **Enviar el formulario:**
Para acceder al formulario de inscripción, entrar en la web:
WWW.PROACTIVATEE.COM
- 2** **Hacer ingreso con:**
"Nombre y apellidos del niño/a" + "Campus Rítmica Valderrobres".
Nº de cuenta: ES28-0182-0251-72-0201564248. BBVA.
Beneficiario: Proactiva't
Ex. Javier Dilla Belles. Campus Rítmica Valderrobres.
- 3** **Enviar por email a campusvalderrobres@gmail.com:**
-Justificante del pago.
-Fotocopia del DNI y la tarjeta sanitaria.

La organización del campus se reserva el derecho a modificar/suprimir alguna de las actividades previstas en función del número de inscritos y/o de las circunstancias del momento.





CALIDAD Y CONFIANZA

La calidad y la confianza de todos/as los/las participantes y sus familias así como también de todos los técnicos y especialistas que forman parte del campus es uno de los aspectos clave en todas las actividades que organizamos.

Es bajo este precepto que en disposición del cumplimiento de la normativa vigente queremos garantizar la seguridad de todos los miembros que forman parte de esta experiencia mediante los siguientes aspectos.

- Entrenadores/as titulados/as tal y como establece la ley en la organización de Campus Deportivos y con el certificado de delitos de naturaleza sexual.
- Seguro individual de cada participante de acuerdo con la normativa vigente para las actividades deportivas en las que participan menores de 18 años.
- Seguro de responsabilidad civil.
- Protección de datos y derechos de imagen.

Del
14
Julio



Al
19
Julio

CAMPUS GIMNASIA RÍTMICA VALDERROBRES

 infoproactivat@gmail.com

 [@proactivatee](https://www.instagram.com/proactivatee)

 www.proactivatee.com

 628 863 766 - 637 989 595



PROACTIVA'T
EDUCACIÓ I ESPORT



Ayuntamiento de Valderrobres