

ESCOLA MUNICIPAL D'ATLETISME DE FORMENTERA



**Consell Insular
de Formentera**
Escola Municipal d'Atletisme



Escola Municipal d'Atletisme de Formentera

Objectius Iniciació i Programa General

- Fomentar l'atletisme a nivell escolar mitjançant l'escola municipal d'atletisme de Formentera.
- Conèixer els trets que defineixen una activitat física saludable i els efectes beneficiosos que aquesta té per a la salut individual i col·lectiva.
- Valorar la pràctica habitual i sistemàtica d'activitats físiques com a mitjà per a millorar les condicions de salut i qualitat de vida.
- Realitzar tasques dirigides a l'increment de les possibilitats de rendiment motor, a la millora de la condició física per a la salut i al perfeccionament de les funcions d'ajust, domini i control corporal, adoptant una actitud d'autoexigència en la seua execució.
- Conèixer i consolidar hàbits saludables, tècniques bàsiques de respiració i relaxació com a mitjà de reduir desequilibris i alleujar tensions produïdes en la vida quotidiana i en la pràctica físic esportiva.
- Planificar activitats que permeten satisfer les necessitats en relació a les capacitats físiques i habilitats específiques a partir de la valoració del nivell inicial.
- Realitzar activitats físic esportives en el medi natural que tinguin baix impacte ambiental, per a contribuir a la seua conservació.
- Conèixer i realitzar activitats esportives i recreatives individuals, col·lectives i d'adversari, aplicant els fonaments reglamentaris tècnics i tàctics en situacions de joc, amb progressiva au-

tonomia en la seua execució.

- Mostrar habilitats i actituds socials de respecte, treball en equip i esportivitat en la participació en activitats, jocs i esports, independentment de les diferències culturals, socials i d'habilitat.
- Practicar i dissenyar activitats expressives amb base musical o sense, utilitzant el cos com a mitjà de comunicació i expressió creativa.
- Adoptar una actitud crítica davant del tractament del cos, l'activitat física i l'esport en el context social.

Objectius Tecnificació

- Fomentar l'atletisme a nivell escolar i competitiu mitjançant l'escola municipal d'atletisme de Formentera i la resta d'objectius del programa general.
- Conèixer els trets que defineixen una activitat física saludable però de competició i els efectes beneficiosos que aquesta té per a la salut individual, col·lectiva i social.
- Conèixer i consolidar hàbits de perfeccionament, tècniques avançades de competició i de perfeccionament de totes les modalitats d'atletisme.
- Realitzar entrenaments i competicions físiques en el medi natural, en paviment sintètic sempre que es tingui en compte un baix impacte ambiental, per a contribuir a la seua conservació.
- Conèixer els fonaments reglamentaris tècnics i tàctics al per-

feccionament i a la competició, amb progressiva autonomia en la seua execució.

Infraestructures

- Recta d'atletisme municipal del Consell de Formentera en Sant Francesc Xavier.
- Pàrquing sud i nova pista d'atletisme municipal de Formentera.
- Poliesportiu Antoni blanc.
- Gimnàs i pistes de tennis municipals de Formentera.
- Pistes esportives municipals del Consell de Formentera.
- Escola de municipal de Vela.

Objectius de l'Escola Municipal d'Atletisme de Formentera

- Millorar la dinàmica d'escola any rere any.
- Buscar nous talents.
- Fomentar el nom de "Formentera" en tot l'àmbit balear i nacional.

Coordinació del projecte

- Focalitzar un vincle més directe amb l'àrea d'esports del Consell.
- Establir reunions periòdiques amb pares, mares i tutors.
- Proporcionar informació relativa del projecte a tercers.
- Millorar la relació institucional esportiva d'Eivissa i Formentera.

Entrenador i monitors

- Jose Alborch.
- Alba Furniet.
- Andrea Romero.
- Beatriz Ribas.

