

Aquest curs escolar continuem amb la promoció de l'Atletisme de cara a la celebració del Campionat d'Europa d'Atletisme que es farà a Barcelona el 2010.

L'objectiu és oferir unes jornades prou atractives amb tres clares vessants: lúdica, formativa i de superació personal.

Es faran 3 jornades matinals a la pista d'atletisme de Can Dragó, de dues hores i mitja de durada, oberta a nens i nenes nascuts entre el 1994 i 2003. Estarà destinada a nens i nenes de Primària i Secundària que vulguin tastar l'esport i participar en diverses proves atlètiques, compartint temps amb altres nens i nenes de la mateixa edat i esforçant-se per fer el millor possible cadascuna de les proves proposades.

Calendari (provisional)

Jornada d' Hivern	30 de gener	Can Dragó
Jornada de Primavera	20 de març	Can Dragó
Jornada de cloenda	29 de maig	Estadi Olímpic

Inscripcions

Prèvies a la setmana de competició (**data límit dimecres previ a la competició**).

3,00 euros per a la inscripció en les 3 jornades, a abonar al CEEB prèviament o bé en recollir el dorsal el dia de la prova.

Dinàmica

Es faran grups de 15 nens i nenes de la mateixa edat que seran guiats i formats per monitors.

Cada grup realitzarà una ruta per les 5 proves de la matinal, en què s'inclourà: un espai d'explicació de la prova atlètica amb les normes bàsiques, un espai de pràctica i un espai d'autosuperació (en aquesta fase, en les proves que no siguin curses, cada nen/a tindrà 3 intents per aconseguir el millor registre).

Les jornades començaran a les 10.30h. del matí i acabaran abans de les 13h.

Proves de la Jornada d' Hivern

Per als nens i nenes de 1r a 3r de Primària 2001, 2002 i 2003:	Per als nens i nenes de 4t de Primària a 4t d'ESO 1994-2000
60metres llisos, salt de llargada, llançament de pilota, 50 metres tanques (amb obstaculins) 400 metres marxa.	Relleus, Triple salt salt d'alçada, llançament de pes, 800 metres llisos.

Proves de la Jornada de Primavera

Per als nens i nenes de 1r a 3r de Primària 2001, 2002 i 2003:	Per als nens i nenes de 4t de Primària a 4t d'ESO 1994-2000
60metres llisos, Relleus, llançament de pes, Salt d'alçada (1999)/llargada (2000-01) 400 metres llisos.	80 metres llisos, salt de llargada, llançament de pilota, 50 metres tanques (amb tanques de 0'5metres d'alçada) 400 metres marxa.

Jornada de Cloenda

Cada atleta ha d' escollir una de les opcions de proves que s'exposen a continuació i caldrà que es presenti a la pista d'atletisme 1 hora abans de començar el seu conjunt de proves. Anirà guiat per un monitor i realitzarà les proves escollides.

Els participants nascuts els anys 2001, 2002 i 2003 tenen dues possibilitats:

- **Opció 1:** 60 metres llisos, salt de llargada i 400 metres llisos
- **Opció 2:** 60 metres llisos, llançament de pilota i 400 metres llisos

Els participants nascuts entre el 1994 i el 2000 tenen tres possibilitats:

- **Opció 3:** 80 metres llisos, llançament de pes i salt de llargada
- **Opció 4:** Salt d'alçada, llançament de pes i 800 metres llisos
- **Opció 5:** 80 metres llisos, salt de llargada i 800 metres llisos.

Funcionament de la targeta

Tots els nens i nenes passaran, aprendran i participaran a les 5 proves en les dues primeres jornades. Portaran una targeta i en ella quedaran escrits els registres aconseguits a cadascuna de les 5 especialitats.

La targeta serà de record per a cada nen/a en acabar i els registres seran recopilats per tal de fer una classificació general de la jornada, que es penjarà a la plana web del Consell.

Des del CEEB continuem amb la promoció de l'Atletisme de cara a la celebració del Campionat d'Europa d'Atletisme que es farà aquest estiu a Barcelona.