

L'IME col·labora amb el programa "L'Escola al Mercat" mitjançant un programa d'activitats lúdiques, el qual té com a objectiu **donar a conèixer diferents esports als nins i nines i fomentar-los els hàbits saludables. Pretenim impulsar l'exercici físic entre els més petits com a part fonamental dels hàbits saludables**

## Objectius generals i finalitat pedagògica

La finalitat principal d'aquest programa és:

- **Fomentar la pràctica lúdic esportiva i els hàbits saludables entre els infants que participen al programa de "L'escola al Mercat".**

Amb aquesta finalitat ens plantejem els objectius que volem assolir:

Objectiu general:

- **Donar a conèixer diferents esports als infants i fomentar els hàbits saludables.**  
Es vol completar la visió dels infants del que són els hàbits saludables i que vegin que a més d'una millor alimentació han de fer esport.

## Objectiu específics

Objectius específics:

- **Promoure la pràctica de l'activitat física i esportiva saludable i sense riscos.**  
L'esport es pot convertir en el principal instrument de prevenció per a la salut.
- **Oferir alternatives de pràctica saludable durant el temps de lleure.**  
Participar a les activitats ha d'esser un plaer, no una obligació. D'aquesta manera ensenyam a utilitzar un temps cada vegada més extens en la vida de les persones: el temps d'oci.
- **Fomentar la convivència en un ambient distés a través de jornades que facilitin la participació espontània.**  
Les activitats són flexibles i els mètodes es basaran en la llibertat, seran actius i flexibles, permetent el desenvolupament d'activitats lúdiques, es basaran en el joc, l'activitat espontània, la exploració, la col·laboració-participació i la creativitat.
- **Atendre la promoció de l'esport entre el col·lectiu de persones amb discapacitat i risc d'exclusió social.**  
Les activitats hauran de respondre a les característiques dels possibles participants, tenint en compte la diversitat. Es constituïran com un vertader model d'esport per a tots i totes que permeti la participació sense discriminació. Seran un correcte medi de socialització.  
Així primarà la part creativa i lúdica per damunt de les aptituds físiques.

➤

- **Treballar en l'aspecte d'igualtat de gènere i millora de la convivència intercultural mitjançant l'esport.**  
S'impulsa un model multiesportiu, integrador i coeducatiu on participin nins i nines en igualtat de condicions.
  
- **Inculcar hàbits saludables a la població infantil i juvenil dels centres d'ensenyança del nostre municipi**  
És preocupant el nivell de sedentarisme que s'està instal·lant en el nins i nines així com en els adolescents i joves. Això unit als hàbits d'alimentació poc saludables està desembocant en un alt nivell de sobrepès, arribant en molt de casos a l'obesitat. També es veu constatat els darrers anys una fragilitat dels nins i nines a l'hora de practicar esport, amb el consegüent augment de lesions associades a una motricitat deficientment desenvolupada.

### **Mercats on es realitzen les activitats esportives**

1. Mercat de l'Olivar
2. Mercat de Pere Garau
3. Mercat de Llevant
4. Mercat de Santa Catalina
5. Mercat Camp Redó

### **Activitats que es desenvolupen en cada jornada**

Les activitats están dividides en diferents blocs.

Cada un dels blocs està a una zona de la plaça i correspon a un tipus d'esport o esports afins.

Bloc 1: ESPORTS COL·LECTIUS

Esports: Futbol 3 x 3, Hoquei

Bloc 2: ESPORTS DE XARXA

Esports: tennis, badminton, volei, futvolei, indiaca

Bloc 3: ESPORTS INDIVIDUALS

Esports: Bitlles i petanca.

Bloc 4: CIRCUITS

Esports: Circuit de patins, circuit de psicomotricitat.