

JOVENTUT ESPORTIVA, SOCIETAT ACTIVA

Projecte transformador, Santa Coloma de Gramenet

 A Santa Coloma,
l'esport és vida!



Ajuntament
de Santa Coloma
de Gramenet



en conveni amb
**Diputació
Barcelona**

Descripció i àmbit d'actuació

El projecte transformador d'Esports, «Joventut esportiva, societat activa» consisteix en la incorporació en els serveis d'atenció a les persones municipals de la figura de la figura d'educadors/es esportiu/ves que acompanyin els adolescents i joves (12-18 anys) en la definició i realització d'activitats de caire esportiu, lúdic, saludable, inclusiu i innovador tant en l'àmbit de l'espai públic (parcs i places) com dels propis equipaments educatius (patis de les escoles i dels instituts) dels municipis.

En el cas de Santa Coloma de Gramenet, l'àmbit d'actuació principal és la zona est del municipi, amb el barri del Raval com a eix i els barris dels voltants com a àrea d'influència.

Objectius principals

- Disminuir l'abandonament esportiu i el sedentarisme que es produeixen en l'adolescència i la joventut.
- Afavorir la generació de projectes de vida en equitat, sense exclusió, incloent hàbits de vida actius i saludables entre els adolescents i els joves.

TREBALL DE CAMP EN PARCS I PLACES INCENTIVANT LA PRÀCTICA ESPORTIVA

Es presenta el projecte, els seus agents i objectius a joves de diferents parcs i places de la ciutat mitjançant contacte espontani. S'ofereix i es proposa l'organització d'activitats esportives així com s'atenen altres situacions específiques esportives. Es preveu la creació d'una xarxa de contactes per a futures activitats.

CREACIÓ DE MATERIAL DE CONSULTA ENVERS L'ESTIL DE VIDA SALUDABLE

Es realitza un buidatge d'articles i estudis sobre adolescents i activitat física i hàbits saludables per a la creació de material de consulta. Aquest s'utilitza en la confecció de la xerrada dels Instituts i el suport als joves així com la resta d'accions, amb la previsió de compartir els recursos.

XERRADA RECOMANACIONS D'ACTIVITAT FÍSICA EN ADOLESCENTS

Es confecciona i presenta una xerrada dinàmica als Instituts on es comparteixen els beneficis i les recomanacions d'activitat física, fent-los reflexionar per què sí o no les compleixen. Es proposen maneres per a ser físicament actius i eines per a controlar que es manté un estil de vida saludable.

PRÀCTICA "EL MEU CALENDARI", VALORACIÓ I PROPOSTES D'ACTUACIÓ

Es realitza una pràctica en la qual l'alumnat pren consciència de la seva activitat física diària i respon un seguit de qüestions relacionades per tal de reflexionar si segueixen les recomanacions. Es valoren els diferents calendaris i es proposen actuacions i activitats per a ser físicament actius.

SUPORT ALS JOVES EN L'ESTABLIMENT D'HÀBITS SALUDABLES

Valoració general dels grups d'adolescents i atenció individual de l'adolescent per tal d'oferir i gestionar propostes per millorar el seu estil de vida, descobrir motivacions i potencialitats i, si s'escau, establir un programa individualitzat. Connexió entre individus i grups per a la realització d'activitat física.

ORGANITZACIÓ D'ACTIVITATS ESPORTIVES PER A LA PROMOCIÓ DE L'ESPORT

Planificació i realització d'activitats esportives per a tothom, orientades a adolescents, en espais públics a l'aire lliure i en instal·lacions esportives municipals. Es promou l'esport i s'incrementa el coneixement del projecte i la xarxa de contactes.

DESENVOLUPAMENT D'ACTIVITATS ESPORTIVES EN BASE A LES PROPOSTES DELS JOVES

Planificació i realització d'activitats esportives a partir dels interessos que manifestin els propis adolescents. Cercar maneres per a que els adolescents participin en l'organització de les seves activitats.

SUPORT A LES ENTITATS EN L'ATENCIÓ I DESENVOLUPAMENT D'ACTIVITATS ESPORTIVES

Col·laboració amb les entitats en l'organització d'activitats esportives per a joves. Proposta d'activitats esportives per als joves que atenen les entitats. Recolzament en l'atenció als joves que atenen les entitats en l'establiment d'hàbits saludables i increment de l'activitat física.