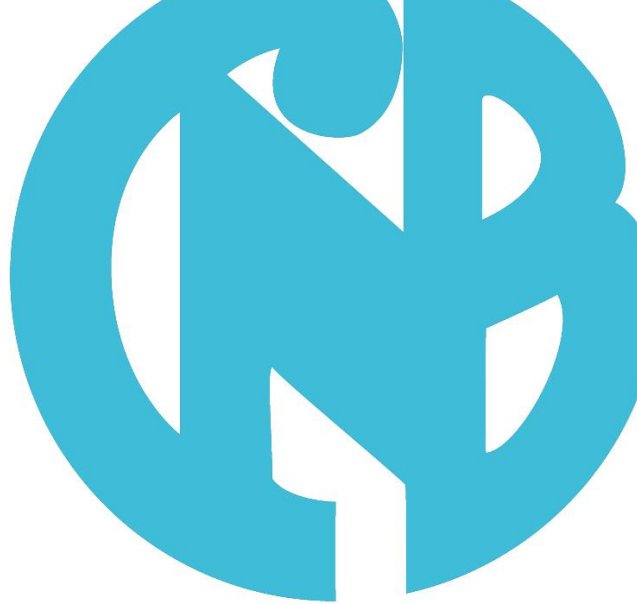




CLUB NATACIÓ BARCELONA  
Pioners de l'esport 1907



# TROMPA D'ELEFANT

## FITXA DE L'ACTIVITAT

**Edat dels Destinataris:** 6-12 anys

**Durada de l'Activitat:** -----

**Objectius Educatius:**

- Realitzar esport divertint-se
- Treballar l'estratègia
- Desconnectar de les TIC
- Gaudir del temps en família



**Recursos:**

- Ampolles omplertes d'aigua (*sinó es tenen, rotllos de paper de Water o qualsevol material que es pugui caure a terra i no trencar-se*)
- Un mitjó llarg o unes mitges per reciclar
- Una pilota petita (*sinó es té, dos parells de mitjons simulant una pilota*)

**Desenvolupament de l'activitat:**

- 1.- Crearem un circuit amb les ampolles per tota la casa. (han d'estar separades)
- 2.- Posarem la pilota dins la mitja
- 3.- Ens posarem la mitja al cap (*Com si fos una gorra*) i la lligarem fort
- 4.- Anirem realitzant tot el circuit marcat intentant tirar a terra tots els obstacles que hem anat posant. (*no podem utilitzar les mans*)

Variacions

- Es pot utilitzar el cronòmetre per posar-li una mica més d'èmfasi a la competició
- Es pot realitzar amb els ulls tancats

