

QUÈ CAL SABER?

BÀSQUET

- Conèixer les principals característiques del joc del bàsquet, fent una descripció de l'esport.
- Conèixer les normes del bàsquet, especialment aquelles relatives al temps i a les violacions del joc.
- Distingir entre diferents tipus de passades i la utilitat de cadascuna d'elles.

ATLETISME

- Conèixer les principals zones i proves que es fan en una pista d'atletisme.
- Explicar quina es la tècnica correcta per córrer.
- Descriure les principals característiques de les diferents proves de salt.
- Descriure les diferents fases del llançament de pes.

FLOORBALL

- Descripció de les principals característiques i normes per jugar a Floorball.
- Conèixer un parell de consignes per realitzar correctament les següents accions tècniques: passada, protecció, conducció i tir.