



FEDERACIÓ
CATALANA DE
PETANCA



GUIA DIDÀCTICA

Educació Primària i Educació Secundària Obligatoria

La Petanca als Centres Educatius

Òscar Sorio Baeza

GUIA DIDÀCTICA

Educació Primària i Educació Secundària Obligatòria

La Petanca als Centres Educatius

Òscar Sorio Baeza

Àmb el suport de:



CRIEDO - Universitat Autònoma de Barcelona

<https://edo.uab.cat/>

© Federació Catalana de Petanca. <https://fcpetanca.cat>

© Il·lustració i Disseny: Ricard Aranda Recasens. <https://ricardaranda.com>

1a Edició: Barcelona, Maig de 2022.

ISBN: 978-84-09-40529-9

Referència:

Sorio, Ò. (2022). **La Petanca als Centres Educatius. Guia Didàctica: Educació Primària i Educació Secundària Obligatòria**. Barcelona: Federació Catalana de Petanca.

Drets: Aquest document està subjecte a una llicència d'ús Creative Commons. Es permet la reproducció total o parcial, la comunicació pública de l'obra i la creació d'obres derivades, sempre que no sigui amb finalitats comercials i que es distribueixin sota la mateixa llicència que regula l'obra original. Cal que es reconegui l'autoria de l'obra original.



1

INTRODUCCIÓ

PÀG. 4

2

VIRTUTS
PEDAGÒGIQUES

PÀG. 6

3

PROPÒSITS I
OBJECTIUS

PÀG. 8

4

ÀREES FORMATIVES
COMPLEMENTÀRIES

PÀG. 10

5

DESENVOLUPA-
MENT
DE CONTINGUTS

PÀG. 18

6

LA METODOLOGIA
ACTIVA DELS TALLERS

PÀG. 22

7

ACTIVITATS
D'APRENENTATGE

PÀG. 26

8

ELS RECURSOS
MATERIALS

PÀG. 46

9

L'AVALUACIÓ

PÀG. 50

10

PER SABER-NE
MÉS

PÀG. 55

11

REQUISITS PER
SOL·LICITAR
TALLERS

PÀG. 57

12

RECURSOS
FACILITATS PER
LA FCP

PÀG. 58

13

FORMULARI DE
SOL·LICITUD

PÀG. 59

INTRODUCCIÓ

1

L'educació és quelcom que va més enllà de l'espai d'aula i la Federació Catalana de Petanca (FCP) assumeix la seva coresponsabilitat amb l'educació esdevenint un agent educatiu compromès amb la seva comunitat i la societat. Per això, l'Àrea de Formació de la FCP ha elaborat aquesta Guia Didàctica, **La Petanca als Centres Educatius**, amb l'interès de promocionar la pràctica esportiva de la petanca entre la població infantil i juvenil.

La Guia Didàctica està adreçada directament als centres educatius d'Educació Primària i d'Educació Secundària Obligatoria. Els seus propòsits principals són dos. D'una part, donar a conèixer l'esport de la petanca a l'alumnat. D'altra part, practicar l'esport de la petanca a través de tècniques diverses i respectant les regles bàsiques de joc.

Es tracta d'una proposta formativa vinculada als centres educatius per entendre que aquests segueixen essent els entorns amb més possibilitats perquè infants i joves desenvolupin les seves competències i aprenguin. El convenciment de partida és que infants i joves són el futur i la garantia de que l'esport de la petanca segueixi ben viu durant els propers temps. D'aquesta manera, la Guia Didàctica ofereix tallers i activitats d'aprenentatge que representen una alternativa atractiva en l'Educació Física de l'alumnat, però també una oportunitat per tal que els centres educatius eixamplin els recursos pedagògics de què ja disposen.

Esperem que aquest recurs educatiu resulti estimulador i útil en la direcció de millorar la formació integral de l'alumnat i contribuir a l'èxit educatiu.

Àrea de Formació
Federació Catalana de Petanca



VIRTUTS PEDAGÒGIQUES

2

L'esport de la petanca és poc conegut i practicat en el context formatiu dels centres educatius. No obstant això reuneix múltiples possibilitats per enriquir la seva acció curricular i, en particular, l'àmbit de l'Educació Física. No tan sols per les diferents opcions d'adaptació que té l'esport de la petanca (esportistes, materials, etc.), o perquè pot ser practicat en qualsevol entorn (patis escolars, parcs municipals, camps de sorra, etc.), sinó també per les variades virtuts pedagògiques que conté.

- Afavoreix la inclusió perquè uneix a persones de diferents edats, gèneres, cultures, procedències, condicions físiques i socials, etc.
- Genera empatia perquè permet agrupar a persones ben distintes i que comparteixen els mateixos propòsits i regles de joc.
- Augmenta la capacitat de concentració perquè suposa produir llançaments d'habilitat que demanden de la màxima precisió.
- Contribueix a gestionar els impulsos perquè la seva pràctica esportiva exigeix de serenor i tranquil·litat.
- Ajuda a desenvolupar el pensament i el raonament estratègic per tal d'adoptar la millor solució tant per atacar com per defensar.
- Anima la capacitat d'anticipació i la flexibilitat perquè moltes vegades cal preguntar-se durant una partida: i si...?.
- Millora la presa de decisions a partir de l'estudi de les distintes opcions i escollint, sota pressió, la més convenient.
- Recolza l'administració i gestió de moviments corporals i també el treball sobre la millor higiene postural.
- Ensenya a guanyar amb elegància i a perdre amb humilitat, conjuntament amb els valors positius de l'esportivitat i el joc net.

- Estimula l'autocrítica en base a l'aprenentatge derivat de l'anàlisi de les pròpies errades i dels propis encerts.
- Incrementa constantment la capacitat de superació perquè cada partida que es disputa suposa un nou repte

La petanca emergeix com un esport alternatiu que aporta grans oportunitats educatives, d'exercici físic i divertiment fent progressar l'acció curricular dels centres educatius. De fet, integra hàbits esportius que emfatitzen més en aspectes recreatius de comunicació, relació i cooperació entre les persones que no pas en aspectes centrats en la simple competició.

La seva pràctica esportiva és motivadora i propera als interessos de l'alumnat per allò que implica de novetat, per la facilitat que resulta el seu exercici i per l'atracció dels seus materials. Igualment, el seu valor com a joc popular i tradicional la converteixen en una pràctica esportiva més que suggeridora en el context de la formació de l'alumnat.

PROPÒSITS I OBJECTIUS

3

Els **propòsits** generals que es persegueixen són aquests:

- Contribuir a l'èxit educatiu fent real i efectiva la igualtat d'oportunitats i l'equitat en la pràctica esportiva de la petanca.
- Crear aliances amb els centres educatius del territori perquè la pràctica esportiva de la petanca sigui considerada en la seva acció curricular.
- Oferir un recurs educatiu de suport a professorat i centres educatius del territori al voltant de la pràctica esportiva de la petanca.
- Fer accessible la pràctica esportiva de la petanca a infants i joves, fomentant el respecte, la participació, la col·laboració i la cooperació.



Particularment, els **objectius** més específics que es pretenen aconseguir una vegada finalitzat el procés formatiu realitzat, i que estan relacionats amb els continguts proposats, són els següents:

- Promoure l'educació en valors a través de l'esport de la petanca.
- Descobrir l'esport de la petanca entre la població escolar.
- Conèixer l'origen i l'evolució de l'esport de la petanca.
- Saber què es necessita per jugar a petanca.
- Aprendre a agafar i llançar correctament les boles de petanca.
- Esbrinar quins són els rols en una partida segons les habilitats que es tenen.
- Exercitar la mesura de boles de petanca.
- Prendre consciència de l'estat de la petanca a casa nostra.
- Dominar les expressions més característiques de l'esport de la petanca.



ÀREES FORMATIVES COMPLEMENTÀRIES

4

La pràctica esportiva de la petanca manté relació amb l'acció curricular dels centres educatius i les competències que l'alumnat adquireix durant el seu pas per l'Educació Primària i l'Educació Secundària Obligatòria. Els tallers i les activitats d'aprenentatge que aquesta Guia Didàctica incorpora contribueixen a la formació integral de l'alumnat a través d'incidir en diverses àrees formatives complementàries caracteritzades per la transversalitat i l'educació en valors.

- **Coeducació.** La pràctica esportiva de la petanca és a l'abast de tothom i descobreix en la coeducació un valor educatiu que potencia la igualtat real d'oportunitats indistintament de l'experiència, les aptituds i l'aportació social i cultural de dones i homes, en igualtat de drets, sense estereotips sexistes, homofòbics, bifòbics, transfòbics o androcèntrics, ni tampoc actituds discriminatòries per raó de sexe, orientació sexual, identitat de gènere o expressió de gènere.
- **Interculturalitat.** La pràctica esportiva de la petanca considera l'educació intercultural com una resposta pedagògica a l'exigència de preparar a l'alumnat perquè es pugui desenvolupar en un entorn plural i democràtic. Té com a finalitat última la igualtat en drets, deures i oportunitats de tothom i el dret a la diferència en un marc de valors convivencials compartits, tot impulsant espais de relació, inclusió i cohesió.
- **Convivència.** La pràctica esportiva de la petanca fomenta l'interès de les relacions amb altres persones i la participació en activitats grupals que enriqueixen la diversitat de contribucions en benefici de la convivència. La convivència també queda reforçada a partir de la cooperació entre esportistes d'un mateix equip, del respecte entre equips rivals, etc.
- **Salut.** La pràctica esportiva de la petanca requereix d'una bona posició del cos (braços i esquena) per fer llançaments correctes de boles. Fer-ho bé millora el joc, però també aporta beneficis a l'alumnat quan realitza moviments amb el seu cos i evita postures perjudicials. D'altra banda, la seguretat és un factor important durant el joc i, malgrat que els materials no són perillosos, cal respectar unes mínimes normes d'ús.
- **Pau.** La pràctica esportiva de la petanca pot ocasionar en algunes situacions satisfer la necessitat de resoldre diferències d'opinió, criteri i, fins i tot, petits conflictes. És en aquests moments quan l'alumnat cal que solucioni aquestes problemàtiques mitjançant el diàleg per arribant a acords entre tothom de forma pacífica.

- **Drets Humans.** La pràctica esportiva de la petanca ajuda al desenvolupament d'actituds de responsabilitat i compromís, i d'habilitats per respectar, promoure i protegir els drets propis i dels altres i denunciar qualsevol vulneració a través de la formació i el coneixement d'eines de protecció dels Drets Humans. Això es recolza en valors de dignitat, llibertat, igualtat i justícia.
- **Temps de Lleure i Oci.** La pràctica esportiva de la petanca proporciona alternatives per orientar a l'alumnat vers activitats que desenvolupen la seva creativitat i que es poden realitzar en el seu temps de lleure i oci. Pot resultar força interessant per l'alumnat, que sempre pot trobar en aquesta una opció de temps de lleure i oci agradable, entretinguda i divertida.
- **Medi Ambient.** La pràctica esportiva de la petanca fomenta en l'alumnat comportaments i actuacions respectuoses amb el medi ambient. L'alumnat ha d'aprendre a valorar l'entorn on es troben els terrenys de joc, vetllant per la seva protecció i conservació. Tanmateix en moltes ocasions són espais compartits amb altres persones i cal respectar-los i mantenir-los adequadament pel bé comú de tothom.

La pràctica esportiva de la petanca manté relació amb l'acció curricular dels centres educatius i les competències que l'alumnat adquireix durant el seu pas per l'Educació Primària i l'Educació Secundària Obligatoria.

- **Àmbit Social:** treball en equip, atenció a la diversitat, població i demografia, etc.
- **Àmbit Científic i Tecnològic:** recerca de documentació a la xarxa, ús de les TIC i les TAC, tractament d'imatges i vídeos, ús i control de xarxes socials, etc.
- **Àmbit Matemàtic:** càlcul, trigonometria, mesures mètriques, etc.
- **Àmbit Artístic:** disseny de dibuixos, creació d'escrits, etc.

DESENVOLUPAMENT DE CONTINGUTS

5

La petanca és un esport que pot practicar qualsevol persona i gairebé en totes parts. Infants, joves, persones adultes i gent gran poden llençar boles i tothom queda inclòs. La petanca no coneix d'edats, gèneres, procedències i tampoc condicions socials. Igualment, ofereix un ventall complet de la diversitat de capacitats.

Pot ser practicada com a esport ocasional o com a esport experimentat, per distracció o per competició, de manera recreativa o bé oficial. Les persones que la practiquen arreu del món entre les seves amistats i famílies gaudeixen d'un joc atractiu i divertit. Hi ha qui la viu amb passió i arriba per disputar campionats conscient que la petanca és un esport que demanda d'aptituds físiques i psíquiques que van més enllà d'un simple passatemps.

Per practicar la petanca amb qualitat es precisa de concentració, habilitat, paciència i estratègia, conjuntament amb dedicació i entrenament. Hi ha una inversió d'energia necessària per jugar bé en la disputa de partides interminables, o per ajupir-se i aixecar-se centenars de vegades durant cinc o sis hores seguides.

L'esport de la petanca és popular, està a l'abast de tothom i es practica als cinc continents, per la seva espectacularitat perquè es mantenen enfrontaments de qualitat i perquè les seves regles de joc són fàcils d'interioritzar. La petanca, al mateix temps, és un esport modern per la diversió saludable que comporta, i per les oportunitats i els reptes que presenta. Cap jugada és similar a la passada, a cada instant cal resoldre un dilema nou i assumir desafiaments diferents.

Amb tot, els continguts de la Guia Didàctica es desenvolupen a continuació, i reparen en alguns dels principals elements que caracteritzen la petanca i la seva pràctica esportiva. Particularment es centren en respondre a les següents qüestions: d'on ve la petanca?, com es juga a petanca?, què es necessita per jugar a petanca?, com s'agafen i es llancen les boles?, quins són els principals rols?, com es mesuren les boles?, la petanca a casa nostra? i quines expressions són aquestes?

D'on ve la petanca?

Alguns referents històrics remunten la petanca a molts segles enrere quan les primeres boles de pedra van ser trobades. A l'Antiga Grècia es llençaven pedres rodones de diferent mida per veure qui les llençava més lluny. A l'Antiga Roma s'aproximaven pedres rodones a un objectiu i, així, s'incorpora l'habilitat. Amb el pas dels anys les boles de pedra es van substituir per boles de fusta, i més endavant aquestes es reemplacen per boles de bronze i d'acer. Mica en mica es van delimitant els jocs de boles i es comença a distingir entre diversos amb la mateixa inspiració: petanca, botxes, bitlles, etc.

A finals del segle XIX i principis del segle XX la petanca és present a moltes places i carrers de França. Les persones la practicaven agafant embranzida per llençar les boles amb impuls. L'any 1907 naix el joc sense impuls i apareix l'autèntica petanca, donant origen al seu nom amb l'expressió *Pieds Tanqués* (peus junts). Explica la llegenda que un petanquista va perdre accidentalment les seves cames i, des d'aquest instant, va reptar als seus rivals a jugar sense moure els peus darrere la línia de llançament. Però les evidències comprovables assenyalen l'any 1910 com el moment en què el francès Ernest Pitito va organitzar el que seria el primer torneig oficial de petanca de la història.

DESENVOLUPAMENT DE CONTINGUTS

5

Com es juga a petanca?

Qualsevol partida de petanca comença amb un sorteig per decidir quin dels dos equips llença primer el bolig. Qui guanya el sorteig és qui marca a terra una circumferència amb una mida d'entre 35 i 50 centímetres, que serveix per delimitar l'espai des d'on es produiran els llançaments de boles. Des de la circumferència a terra es llença el bolig i, una vegada situat el bolig com a objectiu, el mateix petanquista que ha iniciat el joc, o bé qualsevol altre del seu equip, llança una bola amb el propòsit d'apropar-la tant com pugui a aquest. Seguidament l'equip rival ha de llençar tantes boles com necessiti per millorar aquesta aproximació. Després llença l'equip que va iniciar la jugada. I així successivament fins que tots els petanquistes hagin llençat les seves boles. Guanya l'equip que abans arriba a 13 punts. A cada jugada es poden aconseguir tants punts com boles hi hagi a prop del bolig, sense que es trobi cap bola del rival entre aquestes.

El joc a priori pot semblar fàcil, però no cal confiar-se en excés de les aparences. Les dificultats de la pràctica esportiva de la petanca apareixen en les formes de portar a terme els llançaments de boles, en esbrinar què convé més fer en cada situació, així com en la presa de decisions de certes tàctiques i estratègies a seguir.

Les modalitats de joc són diverses segons el número d'esportistes que participen per equip i el número de boles que té cadascú dels seus membres.

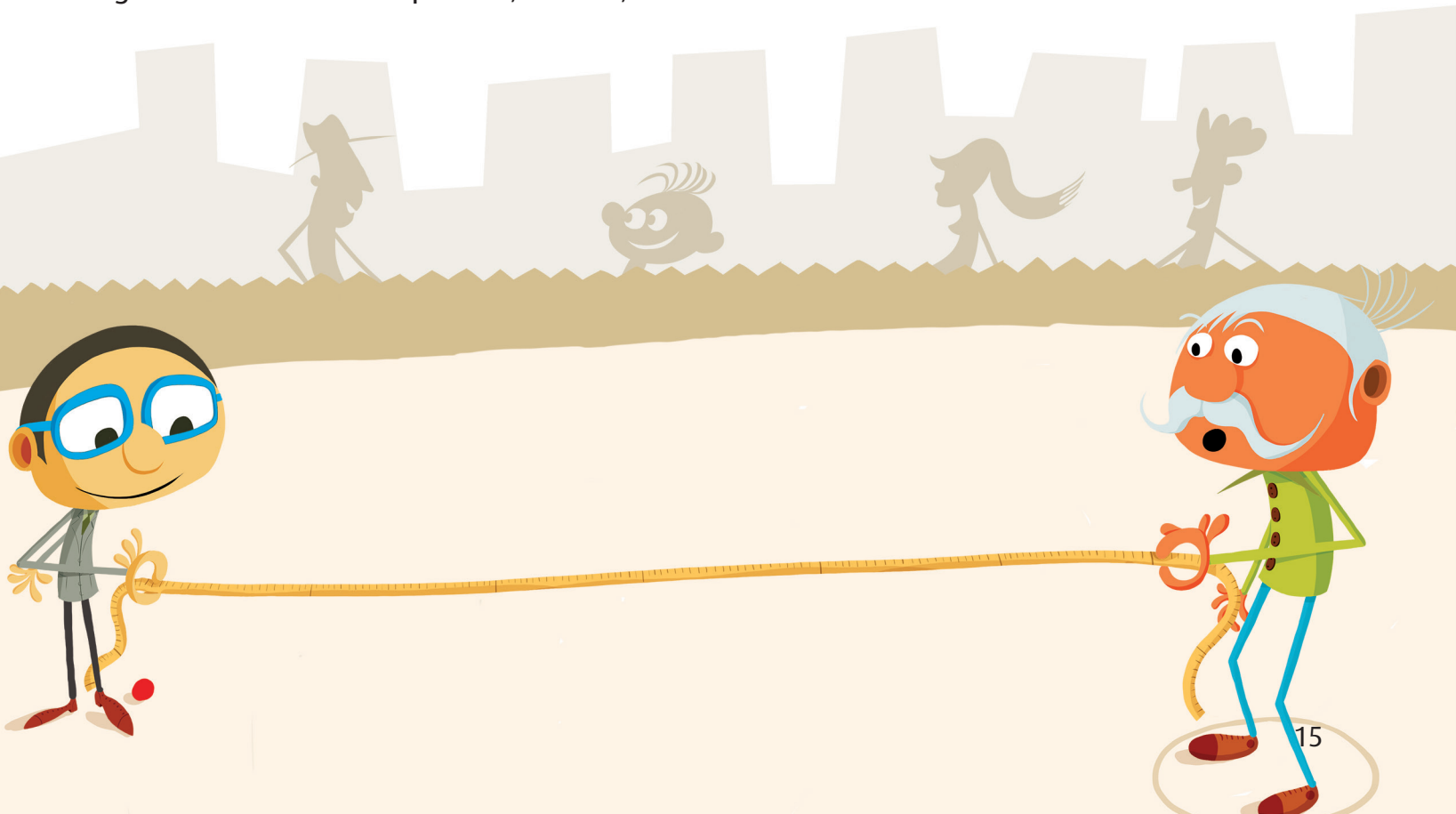
MODALITAT	Número d'esportistes per equip	Boles per esportista
Individual		  
Dobletes	 	  
Tripletes	  	 

Què es necessita per jugar a petanca?

La pràctica esportiva de la petanca es pot desenvolupar en qualsevol terreny de terra i gairebé sense delimitació. Això converteix la petanca en un esport accessible a qualsevol tipus de persona, i fa que es pugui practicar en la majoria dels patis escolars i parcs del municipi. La **pista** és el terreny de joc on es juguen les partides de petanca. En competicions oficials les dimensions de la pista són: 4 metres d'amplada i 15 metres de llargada. Dins d'aquestes mesures, el bolig ha d'estar entre els 6 i els 10 metres de distància des de la circumferència de llançaments.

El bolig és una boleta de fusta, o de material sintètic, que fa la funció de diana. Té un diàmetre que pot variar entre els 2,5 i els 3,5 centímetres, i pot estar pintat de qualsevol color. El **bolig** és imprescindible durant el joc perquè les mesures es prenen segons aquest, i qualsevol canvi en la seva posició sobre la pista pot fer canviar el transcurs de les jugades i les partides.

Les **boles** són metàl·liques i l'element principal de la petanca. Tenen un diàmetre comprès entre els 70,5 i els 80 mil·límetres, i també un pes que va dels 650 als 800 grams. No poden contenir sorra en el seu interior i tampoc plom. Les boles poden ser llises o tenir gravats en forma de quadres, cercles, etc



DESENVOLUPAMENT DE CONTINGUTS

5

Com s'agafen i es llancen les boles?

La manera més adequada d'agafar una bola de petanca és amb els dits junts i el dit gros lleugerament corbat. La posició de la mà agafant la bola ha de ser natural, amb la major part dels dits i del palmell de la mà en contacte amb la bola. No cal estrènyer massa fort la bola, perquè aquesta s'ha de poder moure lliurement dins del palmell de la mà. La bola no s'ha d'agafar amb els dits massa separats, ni tampoc només amb els dits.

Quan la bola abandona la mà, aquesta ha de tenir el palmell de la mà orientat cap a terra. Durant tot el moviment de braç la mà pentina la bola en la direcció perseguida. Mai es llança una bola com si fos una pedra amb el palmell de la mà cap al cel. El secret d'un bon llançament està en l'harmonia d'un equilibrat moviment en conjunt: combinar l'impuls del braç que orienta la bola i li profereix potència, a més d'un acompanyament elàstic de la resta del cos.

- **Braç.** El gest del braç ha de ser ampli, pujant cap enrere per prendre angle i regressar cap endavant, inclinant el cos, en una trajectòria recta. El balanceig ha de ser elàstic i sense un excés de rigidesa.
- **Cames.** Les cames han de fer una petita flexió per tal d'ajudar a donar l'impuls necessari en el llançament de la bola.
- **Esquena.** L'esquena ha d'acompanyar tot el moviment, efectuant una petita rotació amb respecte a la postura inicial front el bolig.





Els llançaments de boles sempre es fan des de la circumferència i amb els dos peus junts i enganxats a terra. Segons l'objectiu dels llançaments de boles podem trobar dos tipus bàsics: apuntar i tirar.

- **Apuntar.** És llençar una bola amb cura i procurant que s'apropi el màxim possible al bolig.
- **Tirar.** És llençar una bola amb força relativa i procurant colpejar i apartar una bola del rival.

Qui llença una bola ho pot fer ajupit o bé dempeus.

- **Ajupit.** Posició adoptada en punts curts: distància entre 6 i 8 metres.
- **Dempeus.** Posició adoptada en punts llargs: distància entre 8 i 10 metres.

Altres varietats de llançaments de boles són aquestes:

- **Roda.** Es llença la bola aviat sense que prengui alçada, de manera que dibuixa una corba plana i propera a terra, fregant el terra a 2 o 3 metres de la circumferència i apropant-la el màxim possible al bolig.
- **Semiportada.** Es llença la bola a mitja alçada, de manera que dibuixa una corba en forma de campana, acostumat a caure entremig de la circumferència i el bolig.
- **Portada.** Es llença la bola amb alçada, de manera que dibuixa una gran paràbola per caure a escassos metres del bolig.
- **Cap endavant.** Es llença la bola a mitja alçada, amb la intencionalitat de desplaçar alguna altra bola de l'equip rival.
- **A ferro.** Es llença la bola amb la intencionalitat de colpejar de ple la bola del rival, de manera que la bola de qui llença pugui ocupar el lloc de la bola colpejada.
- **A reballa.** Es llença la bola arran de terra, evitant que la bola faci qualsevol paràbola com en altres varietats de llançaments, impactant a terra a 2 metres de la bola a la qual es vol colpejar.

DESENVOLUPAMENT DE CONTINGUTS

5

Quins són els diferents rols?

La pràctica esportiva de la petanca es pot realitzar individualment (mà a mà), en equips de dos membres (dobletes), o en equips de tres membres (tripletes). La modalitat de tripletes és la més estesa i atribueix unes funcions principals, a la vegada que complementàries, a cada membre de l'equip. Els diferents rols que acostumen a tenir implicacions en les jugades són: apuntador, mig i tirador. Així, quan es juga en equip convé decidir qui farà d'apuntador, qui de mig i qui de tirador, en base a les habilitats que cadascú tingui. No obstant, qualsevol petanquista hauria de dominar els tres rols, atès que si es juga individualment cap recórrer a les diverses alternatives en l'estratègia de joc.

- **Apuntador.**

Especialista en apuntar les seves boles i apropar-les el màxim possible al bolig.

Missió bàsica: defensar.

- **Mig.**

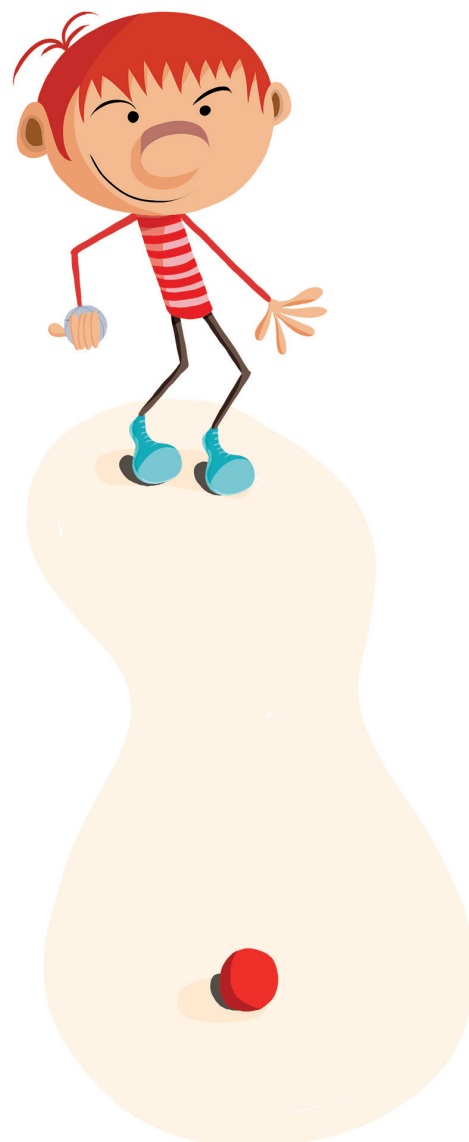
Especialista en apuntar i tirar, ocupant la posició més polivalent dins l'equip

Missió bàsica: defensar i atacar.

- **Tirador.**

Especialista en colpejar les boles del rival i allunyar-les el màxim possible del bolig.

Missió bàsica: atacar.



Com es mesuren les boles?

Per poder efectuar la mesura de qualsevol punt està permès desplaçar, momentàniament després de marcar a terra, les boles i els obstacles situats entre el bolig i les boles a mesurar. Una vegada realitzada la mesura, i que habitualment es fa amb una cinta mètrica, les boles i els obstacles retirats s'han de col·locar novament als seus llocs.

La mesura d'un punt l'ha de fer el petanquista que ha llençat la bola en darrer lloc, o també la pot fer qualsevol altre dels membres de l'equip. Si quan es procedeix a mesurar el petanquista desplaça el bolig o una les boles en litigi, perdrà el punt. En finalitzar una jugada la bola que hagi estat retirada, i no sigui marcada abans del recompte de punts, serà anul·lada.

La petanca a casa nostra?

A la dècada passada dels anys 80 van proliferar per tota Catalunya molts clubs i entitats esportives de petanca. Es van convertir en uns espais amb ambients familiars i que van esdevenir uns autèntics centres socials, unes escoles de valors i uns punts de trobada per la interacció, la inclusió i la cohesió d'una ciutadania plural i diversa.

En l'actualitat són més de 350 clubs i entitats esportives d'arreu del territori les que estan adherides a la Federació Catalana de Petanca, i també són més de 8.000 les persones que disposen d'una llicència federativa en les categories juvenil, femenina i masculina. Catalunya té l'orgull de tenir un ampli repertori d'esportistes que han aconseguit múltiples èxits en campionats estatals, europeus i mundials.

DESENVOLUPAMENT DE CONTINGUTS

5



Quines expressions són aquestes?

La pràctica esportiva de la petanca inclou tot un ampli argot ple d'expressions típiques. És un conjunt de paraules relacionades amb el joc i que són prou familiars entre petanquistes.

AL PUNT	AL TIR
Llançar la bola per apropar-la al bolig.	Llançar la bola per colpejar la bola del rival.
XUMET	COUP DE BEC
Col·locar la bola enganxada al bolig.	Canvi de trajectòria d'una bola en ser colpejada per una altra.
CARREAU	PALET
Llançar la bola i que ocupi el lloc previ de la bola que ha estat colpejada.	Llançar la bola just davant d'una altra i retirar-la quedant a prop del bolig.
JOC NATURAL	DESMARCAR
Llançar la bola sense cap tipus d'efecte.	Allunyar la bola del propi equip.
TENIR EL PUNT	EMPENTA
Tenir una bola pròpia més a prop del bolig que la bola de qualsevol altre de l'equip rival.	Llançar la bola just davant d'una altra i retirar-la quedant a prop del bolig.
BOLA DAVANT	CARAMBOLA
Recordar a qui llença que la bola davant el bolig és més valuosa que no pas darrere.	Llançar fort la bola i desplaçar varies boles a la vegada.
PINTXO	COET
Enlairar molt la bola i que impacti a terra molt a prop del bolig.	La bola colpeja bruscament i mal a terra i surt disparada violentament.
GANXO	A FANNY / CANUT
Llançament fallit per no obrir la mà en el moment oportú i pressionar la bola en excés amb els dits.	Perdre una partida sense haver sumat cap punt.

LA METODOLOGIA ACTIVA DELS TALLERS

6

La Guia Didàctica es fonamenta sobre la metodologia activa dels tallers, a partir dels quals es deriven diverses activitats d'aprenentatge. L'opció dels tallers inclou aspectes teòrics i pràctics, exigeix d'una elevada participació per part de l'alumnat i contempla la figura d'un formador/a que guia i acompanya el procés formatiu.

La premissa bàsica dels tallers és aprendre fent conjuntament amb altres. Més enllà de coneixements, els tallers aporten experiències aplicades que activen a l'alumnat. Les activitats d'aprenentatge que integren els tallers són sistematitzades i dirigides amb una progressió de dificultat ascendent per assolir que l'alumnat conegui i integri diferents habilitats i tècniques que després exercitarà en la pràctica esportiva de la petanca.

Els tallers són idonis per afavorir intercanvis reals i operatius del pensament i l'experiència que comporta la pràctica esportiva de la petanca. Des d'una perspectiva pedagògica, són adequats per la formació i l'aprenentatge de l'alumnat en tant que es caracteritzen pels següents trets distintius.



- **Aprendre fent.** Les competències s'adquireixen en la pràctica esportiva de la petanca. Aprendre una cosa si es veu i es realitza és molt més formatiu que no pas aprendre només a partir de la comunicació verbal d'idees. La pràctica esportiva de la petanca té un alt nivell d'aprenentatge per descobriment, i això suposa connectar teoria i pràctica, i concedir un major predomini a l'aprenentatge per sobre de l'ensenyament. Per tant, l'alumnat ha d'aportar en la realització de les activitats d'aprenentatge plantejades.
- **Participació.** La participació activa de l'alumnat és cabdal als tallers, perquè l'aprenentatge prové de l'experiència de la pràctica esportiva de la petanca que es realitza conjuntament amb els demés. I s'aprèn a participar, participant. Que l'alumnat desenvolupi actituds i comportaments participatius és una exigència ineludible per al funcionament dels tallers.
- **Transdisciplinarietat.** La pròpia naturalesa dels tallers fa que es treballin diverses àrees formatives complementàries on mai predomina un únic enfocament disciplinar. Els tallers integren diferents perspectives en la pràctica esportiva de la petanca, fet que suposa un esforç per conèixer i intervenir assumint el caràcter multifacètic i complex d'aquesta realitat esportiva. L'Educació Física, la Psicologia de l'Esport, etc. són disciplines curriculars que s'hi apleguen i estan interrelacionades, però també la coeducació, la interculturalitat, la convivència, la salut, la pau, els Drets Humans, el temps de lleure i oci, i el medi ambient, entre altres.
- **Treballar conjuntament.** L'alumnat i el formador/a, organitzats de forma autogestionada, són els protagonistes del procés formatiu associat als tallers. Les relacions dicotòmiques jerarquitzades i la competitivitat entre l'alumnat queden superades per la imposició de treballar conjuntament. El formador/a anima, estimula, orienta i assisteix tècnicament la pràctica esportiva de la petanca. L'alumnat ocupa el lloc central del procés d'aprenentatge i, amb el suport del formador/a, desenvolupa la seva autonomia mitjançant la relació amb el formador/a i entre el mateix alumnat.
- **Tècniques personalitzades i grupals.** Els tallers requereixen de treball en equip perquè el procés formatiu es desenvolupa en comú. L'alumnat s'ha de constituir en grup per tal que les tasques assumides siguin exitoses. Allò individual i allò grupal és complementari. Per tant, cal treballar de forma personalitzada i aprendre a pensar i actuar en grup. Les tècniques de treball en equip han de possibilitar exprémer al màxim totes les potencialitats.

LA METODOLOGIA ACTIVA DELS TALLERS

6

Algunes avantatges educatives dels tallers com a metodologia activa són: ajuden a l'alumnat a cooperar entre companys i companyes, compartint espais, activitats, recursos materials, etc.; fomenten la responsabilitat i l'autonomia de l'alumnat creant ambients on els recursos es troben a la seva disposició; faciliten l'aprenentatge de l'alumnat mitjançant el joc i a partir de dinàmiques lúdiques i recreatives; estimulen la curiositat de l'alumnat perquè potencien un ventall ampli d'activitats físiques i psíquiques, personalitzades i grupals, generadores d'un cultiu propici per estructurar altres continguts; motiven a l'alumnat pel fet d'incorporar una gran varietat d'activitats, evitant així la monotonia i l'avorriment, i augmentant l'interès i el divertiment.

Els tallers següents són alguns exemples de les múltiples possibilitats existents.

Taller A	TASTET DE PETANCA
Descripció:	Activitat per descobrir l'esport de la petanca i que inclou: • Breu explicació de les regles bàsiques del joc. • Escalfaments, estiraments i exercicis pràctics de llançaments de boles. • Partides curtes. • Feedback i avaluació.
Durada:	90 minuts.

Taller B		INTRODUCCIÓ A LA PETANCA	
Descripció:	Introducció a la pràctica esportiva de la petanca. Activitats desenvolupades en dues sessions.		
	1a Sessió.		2a Sessió.
	• Explicació de l'origen, la història i les regles bàsiques del joc. • Visualització de vídeos. • Escalfaments, estiraments, exercicis pràctics de llançaments de boles i partides. • Feedback i avaluació.		Continuació d'explicacions de continguts: • Relació amb altres jocs i esports. • Escalfaments, estiraments, exercicis pràctics de llançaments de boles i partides. • Feedback i avaluació.
Durada:	90 minuts.		90 minuts.

Taller C		PETANCA ESTRATÈGICA	
Descripció:	Activitat d'aprenentatge sobre aspectes tècnics i estratègics de joc • Visualització i anàlisi tàctic de partides. • Exercicis pràctics.		
Durada:	90 minuts.		

Taller D		PETANCA CIENTÍFICA	
Descripció:	Activitat que connecta coneixements de Matemàtiques i Física amb la pràctica esportiva de la petanca • Matemàtiques: Resolució de problemes trigonomètrics, hipotenusa, mesura de distàncies, àrees de terrenys de joc, càlcul de perímetres de boles, etc. • Física: Resolució de problemes físics, cinemàtica, energies, tir parabòlic, massa i volum, moviment de rotació, recorregut d'una bola, etc.		
Durada:	90 minuts.		

ACTIVITATS D'APRENTATGE

7

Les activitats d'aprenentatge que poden incloure la varietat de tallers queden focalitzades en la realització de llançaments de boles amb diferents reptes. Bàsicament, es classifiquen en dos tipus: activitats d'aprenentatge per apuntar i activitats d'aprenentatge per tirar.

Totes elles tenen diferents elements comuns: el càlcul visual de les distàncies, el control de la força necessària, la punteria, la precisió, l'habilitat, el tacte amb el material de joc, i l'observació del comportament de les boles sobre el terreny de joc en funció de l'alçada o la força amb que han estat llançades. Cadascuna de les activitats d'aprenentatge té el seu propi nivell de dificultat i requereix d'una tècnica diferent per tal d'optimitzar els resultats que s'aconsegueixen. Així, es poden centrar en aspectes tan diversos com ara l'equilibri, la lateralitat, la rotació i l'efecte, l'alçada de llançament, la transmissió d'energia cinètica o sonora, etc.

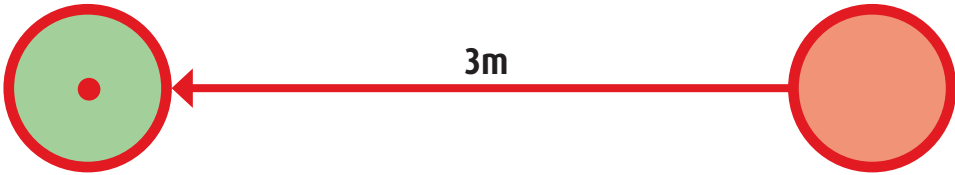


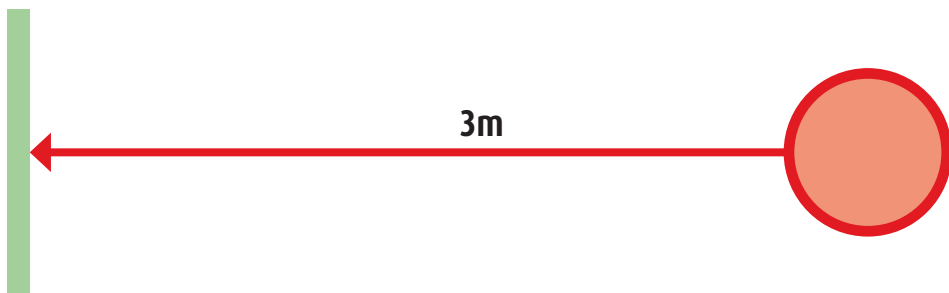
Activitats per apuntar

1.-LLANÇAMENT DEL BOLIG	
Descripció:	L'activitat consisteix en fer entrar el bolig dins del cercle- objectiu .
Material:	2 cercles i 1 bolig de llançament.
Disposició:	Col·locació del cercle- objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle- llançament . 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle- llançament . Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament del bolig. Recollida del bolig i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 9 metres).
Nivell de dificultat:	Baix.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ACTIVITATS D'APRENENTATGE

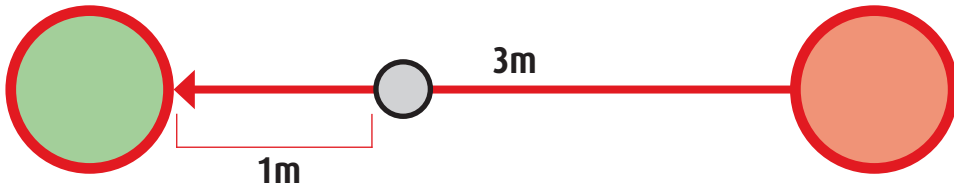
7

2.-EL CERCLE	
Descripció:	L'activitat consisteix en fer entrar el bolig dins del cercle- objectiu .
Material:	2 cercles, 1 bolig i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'un bolig al mig del cercle- objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle- llançament . 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle- llançament . Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	<u>A Mà canviada</u> (els llançaments es fan amb la mà menys habitual). <u>A peu coix</u> (els llançaments es fan amb un peu alçat).
Nivell de dificultat:	Baix.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

3.-LA RATLLA	
Descripció:	L'activitat consisteix en deixar la bola al damunt de la ratlla sense traspasar-la.
Material:	1 cercles, 1 bola de llançament i 1 cinta mètrica.
Disposició:	Dibuixar a terra una ratlla-objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Mesura de la distància de la bola fins a la ratlla, recollida de la bola i passi al següent, i es torna a la cua.
Observacions:	La bola queda anul·lada quan sobrepassa la ratlla. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 9 metres).
Nivell de dificultat:	Baix.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ACTIVITATS D'APRENENTATGE

7

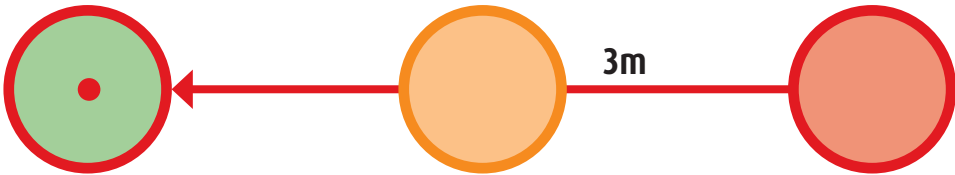
4.-BOLA OBSTACLE	
Descripció:	L'activitat consisteix en fer entrar la bola dins del cercle- objectiu amb l'impediment d'una bola al davant.
Material:	2 cercles, 1 bolig, 1 bola obstacle i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'un bolig al mig del cercle-objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament, i també d'una bola a 1 metre al davant a mode d'obstacle. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas de moure l'obstacle, es retorna a la posició inicial. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 9 metres).
Nivell de dificultat:	Baix.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

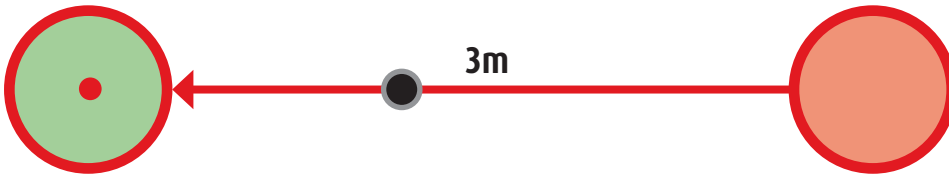
5.-FER DIANA	
Descripció:	L'activitat consisteix en apropar la bola a la diana. S'obtenen puntuacions que són variables segons on queda situada la bola.
Material:	1 cercle, 1 diana i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació de la diana-objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Comprovació de la puntuació obtinguda, recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	Quan tothom ha aconseguit 10 punts o més, s'augmenta la distància (màxim 9 metres).
Nivell de dificultat:	Baix.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ACTIVITATS D'APRENENTATGE

7

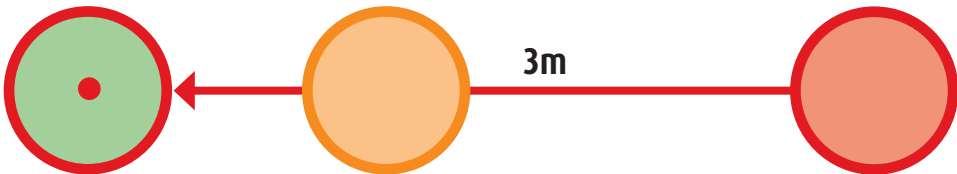
6.-MITJA PORTADA

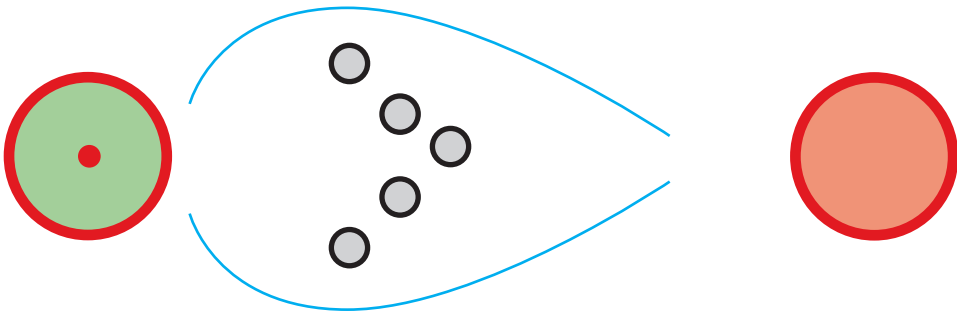
Descripció:	L'activitat consisteix en fer entrar la bola dins del cercle- objectiu . El bot de la bola ha de ser dins del cercle- impacte .
Material:	3 cercles, 1 bolig i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'un bolig al mig del cercle- objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle- llançament . El cercle- impacte es situa a la meitat de la distància. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle- llançament . Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 9 metres).
Nivell de dificultat:	Baix – Mig.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

7.-BOLA COMPANYYA	
Descripció:	L'activitat consisteix en xocar la bola companya i fer-la entrar a dins del cercle- objectiu amb l'ajut de la bola llançada.
Material:	2 cercles, 1 bolig, 1 bola objectiu i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'un bolig al mig del cercle-objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament. També es situa la bola companya a 1 metre de distància del cercle-objectiu. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas de moure la bola-companya la situarà a la posició inicial. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Mig.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ACTIVITATS D'APRENENTATGE

7

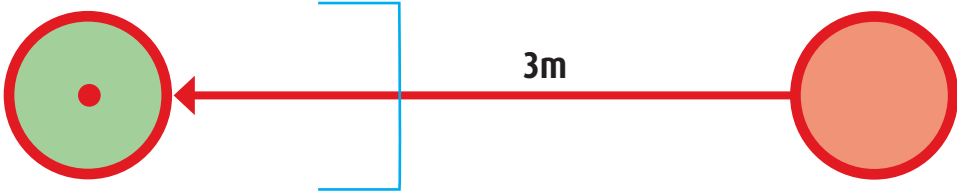
8.-PORTADA	
Descripció:	L'activitat consisteix en fer entrar la bola llançada dintre del cercle- objectiu . El bot de la bola ha de ser dins de l'altre cercle- impacte .
Material:	3 cercles, 1 bolig i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'un bolig al mig del cercle- objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle- llançament . El cercle- impacte es situa a 1 metre de distància del cercle-objectiu. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle- llançament . Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Mig.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

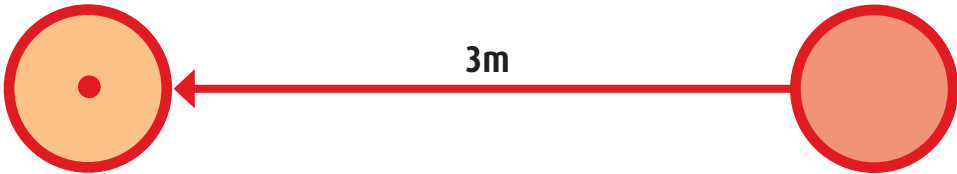
9.-COP D'EFFECTE	
Descripció:	L'activitat consisteix en fer entrar la bola llançada dintre del cercle- objectiu . Els llançaments s'han de fer utilitzant la tècnica de rotació de boles (d'esquerra a dreta i de dreta a esquerra) per tal de superar determinats obstacles situats a la pista de joc.
Material:	2 cercles, 1 bolig, 5 boles-obstacle i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'un bolig al mig del cercle-objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament. Es situa un obstacle a 1 metre de distància del cercle-objectiu (ex. 5 boles). 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas de moure l'obstacle, es tornarà a situar en la posició inicial. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Mig - Alt.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ACTIVITATS D'APRENENTATGE

7

10.-LA TANCA

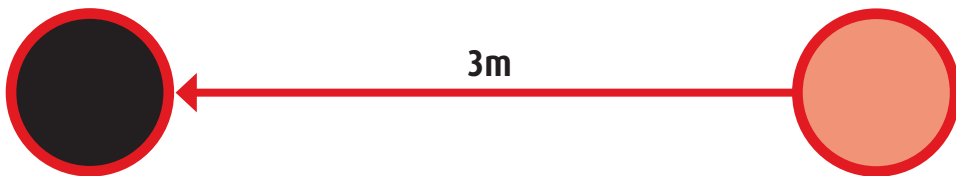
Descripció:	L'activitat consisteix en fer entrar la bola llançada dintre del cercle- objectiu fent-la passar per dalt d'una tanca al davant.
Material:	2 cercles, 1 bolig, 1 tanca i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'un bolig al mig del cercle-objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament. Es situa una tanca a la meitat de la distància del cercle-objectiu a mode d'obstacle. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas de moure l'obstacle, es tornarà a situar en la posició inicial. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Alt.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

11.-CAURE A PLOM	
Descripció:	Activitat que consisteix en fer entrar la bola llançada dintre del cercle- objectiu . El bot de la bola ha de ser dins del mateix cercle- objectiu .
Material:	2 cercles, 1 bolig i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'un bolig al mig del cercle- objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle- llançament . 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle- llançament . Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	El cercle- objectiu coincideix amb el cercle- impacte . Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 5 metres).
Nivell de dificultat:	Alt.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ACTIVITATS D'APRENENTATGE

7

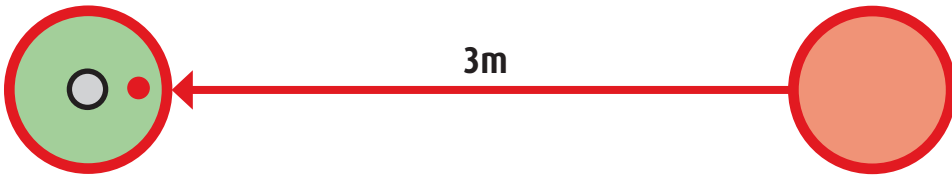
Activitats per tirar

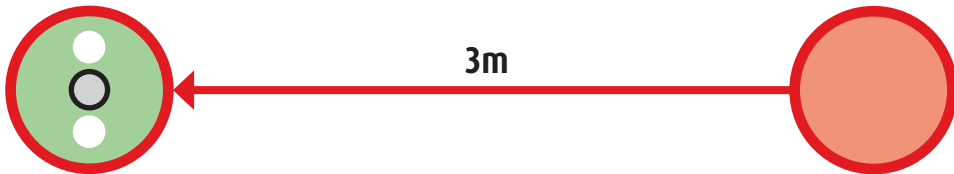
12.-EL CABÀS	
Descripció:	Activitat que consisteix en fer encabir la bola llançada dins d'un cabàs situat a una distància determinada. cercle-objectiu.cle-impacte.
Material:	1 cercle, 1 cabàs i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació del cabàs a una distància de 3 metres respecte del cercle- llançament . 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle- llançament . Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Baix – Mig.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

13.-BOLA SOLA	
Descripció:	Activitat que consisteix en treure la bola de dins del cercle- objectiu amb l'ajut de la bola llançada.
Material:	2 cercles, 1 bola objectiu i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'una bola al mig del cercle- objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle- llançament . 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle- llançament . Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	<u>A Mà canviada</u> (els llançaments es fan amb la mà menys habitual). <u>A peu coix</u> (els llançaments es fan amb un peu alçat). En cas d'impactar en la bola-objectiu, es tornarà a col·locar en la posició inicial per tal que el participant següent faci el seu llançament. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Mig.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ACTIVITATS D'APRENENTATGE

7

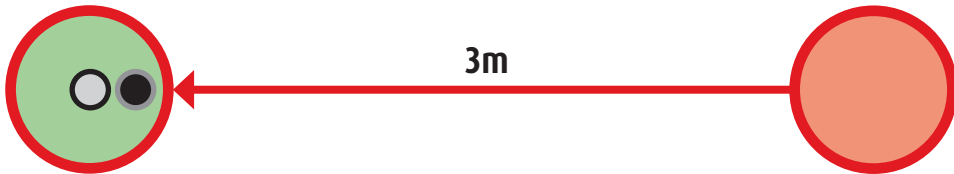
14.-BOLA I BOLIG	
Descripció:	Activitat que consisteix en treure la bola de dins del cercle- objectiu sense tocar l'obstacle.
Material:	2 cercles, 1 bola-objectiu, 1 bolig i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'una bola al mig del cercle-objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament. I es situa un bolig a 10 centímetres al davant de la bola a mode d'obstacle. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas d'impactar amb la bola-objectiu, o amb l'obstacle, es tornen a col·locar els elements en la posició inicial per tal que el següent participant pugui fer el seu llançament. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Alt.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

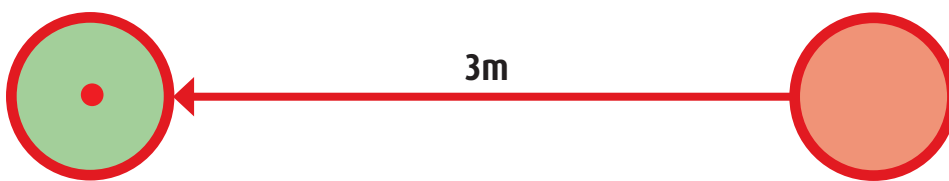
15.-ENTRE BOLES	
Descripció:	Activitat que consisteix en treure la bola de dins del cercle- objectiu sense tocar els obstacles.
Material:	2 cercles, 1 bola-objectiu, 2 boles-obstacle i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'una bola al mig del cercle-objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament. I situació de dues boles-obstacle a banda i banda de la bola del mig (a 2 centímetres). 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas d'impactar amb la bola-objectiu, o amb l'obstacle, es tornen a col·locar els elements en la posició inicial per tal que el següent participant pugui fer el seu llançament. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Alt.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ACTIVITATS D'APRENENTATGE

7

16.-BOLA TAPADA

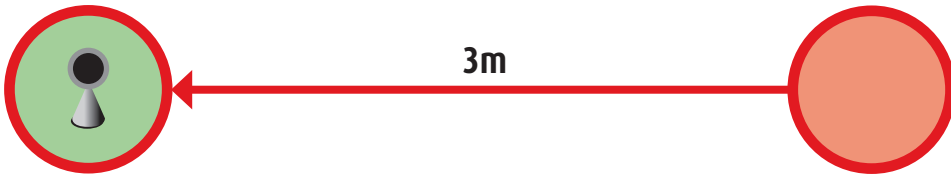
Descripció:	Activitat que consisteix en treure la bola de dins del cercle- objectiu sense tocar l'obstacle.
Material:	2 cercles, 1 bola-objectiu, 1 bola-obstacle i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'una bola al mig del cercle- objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle- llançament . I situació d'una bola-obstacle a 10 centímetres al davant. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle- llançament . Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas d'impactar amb la bola-objectiu, o amb l'obstacle, es tornen a col·locar els elements en la posició inicial per tal que el següent participant pugui fer el seu llançament. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Alt.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

17.-BOLIG FORA	
Descripció:	Activitat que consisteix en treure el bolig de dins del cercle- objectiu .
Material:	2 cercles, 1 bolig i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'un bolig al mig del cercle-objectiu a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas d'impactar amb la bola-objectiu, o amb l'obstacle, es tornen a col·locar els elements en la posició inicial per tal que el següent participant pugui fer el seu llançament. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Alt.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ACTIVITATS D'APRENENTATGE

7

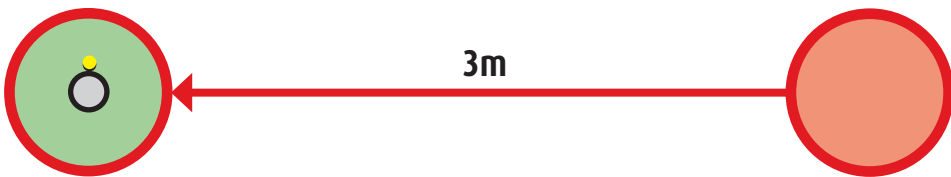
18.-EL CONO

Descripció:	Activitat que consisteix en treure fora del cercle- objectiu la bola col·locada damunt d'un cono.
Material:	2 cercles, 1 bola-objectiu, 1 cono i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'una bola al mig del cercle-objectiu damunt d'un cono a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas d'impactar amb la bola-objectiu, o amb l'obstacle, es tornen a col·locar els elements en la posició inicial per tal que el següent participant pugui fer el seu llançament. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Alt.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

19.-CARAMBOLA	
Descripció:	Activitat que consisteix en fer llançaments per treure les dues boles del cercle- objectiu .
Material:	2 cercles, 2 boles objectiu i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació de dues boles dins del cercle-objectiu, separades entre elles per 10 centímetres, i a una distància de 3 metres respecte del cercle-llançament. 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle-llançament. Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas d'impactar amb la bola-objectiu, o amb l'obstacle, es tornen a col·locar els elements en la posició inicial per tal que el següent participant pugui fer el seu llançament. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Alt.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ACTIVITATS D'APRENENTATGE

7

20.-LA MONEDA	
Descripció:	Activitat que consisteix en fer llançaments per treure del cercle- objectiu una moneda col·locada damunt de la bola- objectiu .
Material:	2 cercles, 1 bola-objectiu, 1 moneda i 1 bola de llançament.
Disposició:	Col·locació d'una bola al mig del cercle- objectiu amb una moneda al damunt, i a una distància de 3 metres respecte del cercle- llançament . 
Desenvolupament:	Qui comença es situa dins del cercle- llançament . Els altres esperen i fan cua mantenint un espai de seguretat. El primer participant fa el llançament de la bola. Recollida de la bola i passi al següent participant, i es torna a la cua.
Observacions:	En cas d'impactar amb la bola-objectiu, o amb l'obstacle, es tornen a col·locar els elements en la posició inicial per tal que el següent participant pugui fer el seu llançament. Quan tothom ha aconseguit el repte, s'augmenta la distància (màxim 7 metres).
Nivell de dificultat:	Molt Alt.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

21.-LA PETANCA ÉS	
Descripció:	Activitat de posada en comú de valoracions.
Material:	1 bolig i 1 bola de llançament per participant.
Disposició:	Els participants es col·loquen en forma de rotllana amb una bola a la mà cadascú, i el bolig es situa al mig de la rotllana.
Desenvolupament:	Qui llança primer procura apropar la seva bola al bolig a la vegada que completa la frase: "La petanca és...", segons la valoració que pugui fer de l'experiència formativa viscuda. Tot seguit assenyala a un altre participant per passar el torn i així fins que tothom ha participat.
Observacions:	Cal promoure l'intercanvi d'experiències i la reflexió individual i col·lectiva.
Nivell de dificultat:	Baix.
Participants:	Grups de 2 a 4 membres.

ELS RECURSOS MATERIALS

8

ELS RECURSOS MATERIALS

Els recursos materials necessaris per la pràctica esportiva de la petanca són:

- **Les boles de petanca.**
- **El bolig.**

Altres recursos materials que es poden utilitzar per desenvolupar les activitats d'aprenentatge són: cercols, una cinta mètrica, cons, un cabàs, una tanca, una diana, una moneda, una roda de pneumàtic, ampolles de plàstic, pilotes petites, draps, etc.

I, per suposat, es precisa de la pista com a terreny de joc. Aquesta pot ser el pati escolar, un parc municipal o un camp de sorra. En qualsevol cas, els límits de l'espai es poden marcar a terra amb guixos, o bé amb cordes de distribució.



L'AVALUACIÓ

9

L'avaluació proposada es regeix per principis d'utilitat, participació i ètica. El plantejament de l'avaluació associat al desenvolupament dels tallers i les activitats d'aprenentatge és la seva integració dins el procés formatiu. Es considera una avaluació formativa durant tot el procés formatiu i que es fixa en els progressos de l'alumnat, els seus interessos i esforços, i els resultats obtinguts. Serveix per adequar continguts i actuacions, prestar els suports educatius necessaris, informar dels avenços, etc., de tal manera que reforça la consciència sobre els aprenentatges. Aquesta avaluació continuada que realitza el formador/a amb l'alumnat es porta a terme a través de l'observació participant i la interacció directa i constant.

Igualment, es planteja una avaluació final que valora conjuntament el desenvolupament dels tallers i les activitats d'aprenentatge que inclou el procés formatiu. Queda concretada amb un qüestionari que recull les opinions i les valoracions de l'alumnat sobre diferents àmbits. Això fa possible identificar punts forts i dèbils. Amb posterioritat a l'administració del qüestionari, les informacions recollides són analitzades per tal de detectar aquells aspectes susceptibles de millora. Per tant, l'avaluació conclou amb la delimitació d'accions de millora i la seva incorporació en les properes propostes formatives.

L'aprenentatge

Valorar d'1 a 5 segons el grau d'acord (1 = gens d'acord; 2 = poc d'acord; 3 = indiferent; 4 = una mica d'acord; 5 = molt d'acord).	1	2	3	4	5
El formador/a ha mantingut entusiasme impartint els tallers i les activitats d'aprenentatge.					
He après coses que considero són de profit i valuoses.					
He après els continguts de la Guia Didàctica.					

L'entusiasme

Valorar d'1 a 5 segons el grau d'acord (1 = gens d'acord; 2 = poc d'acord; 3 = indiferent; 4 = una mica d'acord; 5 = molt d'acord).	1	2	3	4	5
Les explicacions del formador/a han estat clares i han resultat fàcils de seguir.					
Els materials utilitzats han estat adequats i han resultat d'utilitat.					
Els objectius plantejats han coincidit amb allò que realment es va realitzar.					

L'AVALUACIÓ

9

Aspectes organitzatius

Valorar d'1 a 5 segons el grau d'acord (1 = gens d'acord; 2 = poc d'acord; 3 = indiferent; 4 = una mica d'acord; 5 = molt d'acord).	1	2	3	4	5
Les explicacions del formador/a han estat clares i han resultat fàcils de seguir.					
Els materials utilitzats han estat adequats i han resultat d'utilitat.					
Els objectius plantejats han coincidit amb allò que realment es va realitzar.					

Interacció amb el grup

Valorar d'1 a 5 segons el grau d'acord (1 = gens d'acord; 2 = poc d'acord; 3 = indiferent; 4 = una mica d'acord; 5 = molt d'acord).	1	2	3	4	5
Aquest formador/a animava a l'alumnat a participar dels tallers i les activitats d'aprenentatge.					
Aquest formador/a animava a l'alumnat a compartir les seves inquietuds i dubtes.					
Aquest formador/a animava a l'alumnat a expressar les seves idees i aportacions.					

L'actitud del formador/a

Valorar d'1 a 5 segons el grau d'acord (1 = gens d'acord; 2 = poc d'acord; 3 = indiferent; 4 = una mica d'acord; 5 = molt d'acord).	1	2	3	4	5
El formador/a s'ha mostrat accessible en el tracte individual.					
El formador/a em feia sentir ben rebut quan necessitava suport.					
El formador/a ha traslladat els continguts d'una forma molt adequada i pertinent.					

Els continguts treballats

Valorar d'1 a 5 segons el grau d'acord (1 = gens d'acord; 2 = poc d'acord; 3 = indiferent; 4 = una mica d'acord; 5 = molt d'acord).	1	2	3	4	5
El formador/a ha tractat els principals continguts de la Guia Didàctica.					
El formador/a ha reparat en els continguts que més ens interessaven.					
El formador/a ha traslladat els continguts d'una forma molt adequada i pertinent.					

Els tallers i les activitats d'aprenentatge

Valorar d'1 a 5 segons el grau d'acord (1 = gens d'acord; 2 = poc d'acord; 3 = indiferent; 4 = una mica d'acord; 5 = molt d'acord).	1	2	3	4	5
Les aportacions del formador/a en tallers i activitats d'aprenentatge han estat equitatives i adequades.					
La metodologia de tallers i activitats d'aprenentatge ha estat oportuna i pertinent.					
Els continguts de tallers i activitats d'aprenentatge es corresponen amb els continguts treballats.					

L'AVALUACIÓ

9

Dificultat, volum i ritme

Valorar d'1 a 5 segons el grau d'acord (1 = gens d'acord; 2 = poc d'acord; 3 = indiferent; 4 = una mica d'acord; 5 = molt d'acord).

	1	2	3	4	5
Els tallers i les activitats d'aprenentatge han estat molt fàcils, fàcils, normals, difícils o molt difícils.					
El volum de tallers i activitats d'aprenentatge ha estat molt petit, petit, normal, gran o molt gran.					
El ritme de tallers i activitats d'aprenentatge ha estat molt lent, lent, normal, ràpid o molt ràpid.					

Altres opinions i valoracions sobre el procés formatiu seguit

PER SABER-NE MÉS

10

Codi de Conducta en Competicions Esportives de Petanca

<https://ddd.uab.cat/record/250108>

Reglament de Joc

<https://www.fepetanca.com/reglamento-oficial-de-petanca-2021>

Institucions

Federació Catalana de Petanca <https://ddd.uab.cat/record/250108>

Unió de Federacions Esportives <https://www.ufec.cat/>

Consell Català de l'Esport

[https://esport.gencat.cat/ca/SG Esport i Activitat Física/consell-catala-de-lesport](https://esport.gencat.cat/ca/SG_Esport_i_Activitat_Fisica/consell-catala-de-lesport)

Federació Espanyola de Petanca <https://www.fepetanca.com/>

Consejo Superior de Deportes <https://www.csd.gob.es/es>

Confederació Europea de Petanca <https://www.cep-petanque.com/>

Federació Internacional de Petanca <https://fipjp.org/index.php/fr/>

Bibliografia

Bruno, R. (2003). **Les secrets de la pétanque et du jeu provençal**. Les Presses du Midi.

Chopard, M. & Foyot, M. (2003). **Manuel pratique de la pétanque. S'initier et progresser**. Amphora.

Fieux, P. (2008). **La pétanque de compétition**. Les Presses du Midi.

Fieux, F. (2008). **Comment se forger un mental de champion**. Les Presses du Midi.

González, J. & Garcés, E. J. (2009). *Plan de entrenamiento psicológico en el deporte de la petanca: En búsqueda del rendimiento grupal óptimo*. **Revista de Psicología del Deporte**, Vol. 18, 1, 87-104. Disponible a: <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v18n1/19885636v18n1p87.pdf>

Kaisen, A. (2009). **L'esprit de la pétanque**. Originel Accarias.

Keramidas, C. (2018). **Tu tires ou tu pointes?** Les Presses du Midi.

Muñoz, J. L. (Coord.); Adell, N.; Barbecho, M.; Castilla, M.; Ferrari, J.; García, M.; Manzano, J.; Martín, J.; Pérez, J.; Rabasco, J.; Sorio, Ò. (2021). **Codi de Conducta en Competicions Esportives de Petanca**. Barcelona: Federació Catalana de Petanca. Disponible a: <https://ddd.uab.cat/record/250108>

Pilate, M. & Verheul, J. (2013). **La fabuleuse histoire de la pétanque**. Lucien Souny.

Raluy, C. (2018). **Pétanque, le grand livre**. Hachette Pratiques – Vanves (Hauts-de-Seine).

REQUISITS PER SOL·LICITAR TALLERS

11

Els requisits necessaris per poder sol·licitar algun taller de la Federació Catalana de Petanca són els que es detallen a continuació.

- Poden participar els centres educatius d'Educació Primària i d'Educació Secundària Obligatoria de Catalunya autoritzats pel Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya.
- La participació en qualsevol taller implica l'acceptació de la difusió pública de reportatges escrits genèrics i/o de les imatges col·lectives captades en el moment de la seva realització.
- Caldrà que el professorat acompanyi en tot moment a l'alumnat i es responsabilitzi amb el formador/a del control i l'ordre del grup durant la realització del taller.
- És imprescindible que als tallers que impliquen desplaçaments fora del centre educatiu, es compleixi la normativa d'acompanyament que dicta el Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya. En cap cas es pot comptar amb el formador/a que realitza el taller com a acompanyant..
- El nombre màxim de participants per taller correspon a l'alumnat d'un grup-classe. Excepcionalment pot haver tallers amb un nombre superior de participants, en aquest cas s'ha d'especificar oportunament.
- En el moment de difondre els tallers en que participin els centres educatius inscrits cal fer referència a l'organització d'aquests per part de la Federació Catalana de Petanca i la seva Àrea de Formació.

RECURSOS FACILITATS PER LA FCP

12

Els recursos facilitats per la Federació Catalana de Petanca a cada taller poden ser diferents. És per això que cal consultar abans amb la Federació Catalana de Petanca.

- Els tallers són majoritàriament gratuïts pels centres educatius participants, però en alguns casos els centres educatius han de fer-se càrrec de les despeses derivades del transport del formador/a i/o del material necessari.
- La pràctica de la petanca precisa de roba esportiva i calçat esportiu adequat.
- En alguns dels tallers el centre educatiu haurà d'aportar els mitjans tècnics necessaris per projectar imatges i/o facilitar una connexió a internet. També posarà a disposició el pati escolar de sorra, o bé un parc municipal o un camp de sorra propici per poder portar a terme els tallers.

FORMULARI DE SOL·LICITUD

13

Centre educatiu i municipi		
Nom i cognoms de la persona responsable		Càrrec
Telf.		E-mail
Curs que participarà	Nom i cognoms del professor/a	Número d'alumnes
Preferències de dates i horaris		
Observacions relacionades amb la sol·licitud		
secretaria@fcpetanca.cat i formacio@fcpetanca.cat		



FEDERACIÓ
CATALANA DE
PETANCA

La Federació Catalana de Petanca és una entitat d'utilitat pública que es va constituir en 1985. Com a federació esportiva catalana és una entitat privada d'interès públic, cívic i social, sense afany de lucre. El seu propòsit principal és promocionar, dirigir, organitzar, gestionar i coordinar la pràctica esportiva de la petanca dins l'àmbit territorial de Catalunya. Està constituïda per esportistes, tècnics i tècniques, i àrbitres, mitjançant la subscripció de la corresponent llicència federativa. Igualment, en formen part les entitats esportives (clubs esportius, agrupacions esportives i associacions esportives escolars) i les entitats privades no esportives sense afany de lucre que inclouen, entre les seves metes, el foment i la pràctica de l'activitat esportiva de la petanca.



Rbla. Guipúscoa 23, 3r D (08018 – Barcelona).



<https://www.facebook.com/fcpetanca>



<http://www.fcpetanca.cat/>



<https://twitter.com/Fcpetanca>



93.268.00.48



<https://www.instagram.com/f.c.petanca/>



secretaria@fcpetanca.cat



FEDERACIÓ
CATALANA DE
PETANCA

