

**QUE
APRENDICHES CON
"SALTANDO
BARREIRAS"?**

GRUPOS

Ao traballar en grupos melloramos as nosas habilidades sociais, traballamos a inclusión e compartimos ideas e aprendizaxe.

HABILIDADES MOTRICES

Nos xogos, actividades e nos circuitos traballachedes moitísimas habilidades en situacións diferentes

PARKOUR

Aprendiches os movementos básicos do Parkour. Esta iniciación pode animarte a seguir practicando!

SALTOS Á CORDA

Traballaches a túa resistencia e coordinación con moitos tipos de salto diferentes!

AVALIACIÓNS

Analizaches a contorna, as túas propias tarefas e as do teu grupo. Compartiches construtivamente opinións dos retos dos demais.

BARREIRAS ARQUITECTÓNICAS

Descubriches a realidade da túa contorna e te puxeches en lugar de persoas que teñen dificultades no seu día a día.