

ACTIVITATS

La proposta d'activitats fora de l'horari lectiu ha d'anar orientada a continuar l'educació dels infants mitjançant esports, activitats expressives, creatives i formatives estructurades segons el seu desenvolupament motriu i moment maduratiu.

Educació Infantil

3 a 5

En aquesta etapa els nens/es són molt permeables als estímuls que reben, perquè estan establint una intensa relació i comunicació amb el món que els envolta. A partir d'activitats dissenyades amb un enfocament lúdic, utilitzant el joc com a eina, aprofitarem aquest moment per potenciar l'adquisició d'habilitats motrius bàsiques amb les activitats esportives i la potenciació de la creativitat i imaginació mitjançant les activitats no esportives.

Educació Primària. Cicle Inicial

1r i 2n

Amb les activitats esportives comencem la introducció dels diferents esports, per tal d'ampliar les experiències motrius i orientar al nen/a en les diferents possibilitats de pràctica esportiva. Amb les activitats no esportives obrim nous espais de creativitat adaptats a aquestes edats amb major capacitat receptiva i d'aprenentatge.

Educació Primària. Cicles Mitjà i Superior

3r a 6è

Entrem en una etapa en què, per aptitud física i capacitat intel·lectual, podem realitzar un treball amb major concreció, alhora que demanem un esforç més gran per assolir objectius tècnics, tàctics, d'actitud, de relació...

ACTIVITATS MOTRIUS

Joc i esport. Una activitat perquè els més petits descobreixin i coneguin el seu cos desenvolupant les habilitats i destreses bàsiques.

Els infants experimentaran amb molt material divers (formes, colors, textures, mides ...) i faran circuits, jocs i tasques que impliquin el treball de la lateralitat, la respiració, relaxació, la coordinació, l'orientació, el ritme...

Cal portar roba i calçat esportiu.

Joc i dansa. Una activitat perquè els més petits descobreixin i coneguin el seu cos desenvolupant l'expressió corporal i la creativitat.

De manera lúdica i divertida, els nens i nenes experimentaran mitjançant jocs, danses i activitats de consciència corporal.

Cal portar roba i calçat esportiu.



Programa d'activitats extraescolar curs 23-24

ESPORTS INDIVIDUALS

Rítmica. Treballarem de forma artística de tot el cos, desenvoluparem les qualitats físiques com la flexibilitat, la força i la resistència així com les capacitats coordinatives i perceptives.

Treball centrat en un programa de mans lliures (desplaçaments, salts, girs, equilibris ...) i iniciació i desenvolupament del treball amb implements com la pilota, la corda o el cercol.

Cal portar roba esportiva.

Dances urbanes. Desenvoluparem la creativitat i la imaginació de manera individual o en grup. Expressar-se mitjançant el moviment, creant, aprenent o seguint passos i coreografies modernes.

Treballarem la resistència i la coordinació mitjançant sessions divertides i dinàmiques on es realitzaran un munt de coreografies. Les danses urbanes seran l'estil principal de les sessions (Funky, Hip Hop, Popping, Breakdance, Latin salsa...).

Cal portar roba i calçat esportiu.

Patinatge. Treballem el desenvolupament de l'equilibri, de les habilitats i destreses bàsiques mitjançant el joc lúdic i recreatiu sobre patins de quatre rodes o de línia. Aprenentatge de figures tècniques i d'un munt de jocs que impliquin la participació, implicació i col·laboració de tot el grup.

Cal portar els patins i roba esportiva.

Escacs.

Ensenyarem els moviments bàsics del joc amb un important component de treball mental.

ESPORTS COL·LECTIUS

Futbol sala o Bàsquet. Els grups d'activitat estan diferenciats per edat.

Treballarem i desenvoluparem les diferents capacitats com la velocitat, la resistència, la coordinació, la flexibilitat o la força. Adaptarem els entrenaments als objectius i continguts tècnics i tàctics propis de l'esport.

Fomentarem el treball en equip tant tècnic, tàctic com el treball en valors com el companyerisme, respecte, solidaritat, confiança ...

Cal roba i calçat esportiu.



Programa d'activitats extraescolar curs 23-24

ACTIVITATS EXPRESSIVES I CREATIVES

Manualitats. Els grups d'activitat estan diferenciats per edat.

Manipularem diferents materials amb l'objectiu de crear.

Potenciarem la motricitat fina i les capacitats creatives i artístiques amb un gran component de desenvolupament de la concentració.

Un programada de creació mitjançant materials de reciclatge (Sabies que es pot fer un drac amb una ouera?).

Cal portar una bata o samarreta que protegeixi per no embrutar la roba.

NATACIÓ

Els grups d'activitat estan diferenciats per edat i nivell del participant.

L'objectiu principal és que es familiaritzin amb el medi i assoleixin i consolidin cert grau d'autonomia.

Cal portar banyador, calçat de bany, tovallola i casquet de bany.