

## 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 infants 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.

## **ESPORTS INDIVIDUALS**

**Patinatge lúdic.** Activitat diferenciada pel grup d'edat.

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.

**Patinatge artístic.** Activitat diferenciada pel grup d'edat.

En el patinatge artístic desenvoluparem i treballarem tant les capacitats físiques com les artístiques i expressives.

En la part tècnica, adequant-la a l'edat i coneixement del participant s'aprenen progressivament salts, equilibris, piruetes, desplaçaments ...

En la part expressiva si treballa el sentit musical, l'harmonia del moviment, el ritme i la coordinació.

S'elaboraran coreografies individuals adaptades al nivell de cada patinador/a i coreografies grupals de final de curs.

Cal portar patins de 4 rodes i roba esportiva ajustada (malles o xandall).

**Dances urbanes.** Activitat diferenciada pel grup d'edat.

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.

**Activitat gimnàstica.** Activitat diferenciada pel grup d'edat.

Realitzarem sessions on es combinaran els exercicis amb base gimnàstica rítmica amb un programa de mans lliures i gimnàstica artística centrats en els salts i els equilibris amb la disciplina d'acroport (figures humanes). Treball important de la força i la flexibilitat.

Cal portar mallot o roba ajustada al cos (leggings i samarreta/dessuadora).

**Espai tennis taula.** Una aproximació a aquest esport oferint una pràctica molt lúdica, molt dinàmica i divertida. Per parelles i en grup treballar la tècnica, la tàctica, l'estratègia i la picardia.

Cal portar roba còmoda.

**Judo.** Activitat diferenciada pel grup d'edat.

Art marcial que treballarem de forma no competitiva.

Introduïrem, aprendrem i perfeccionarem els aspectes de tàctica, tècnica i estratègia d'aquest esport d'oposició. Desenvoluparem i millorarem els conceptes bàsics de tècniques de peu i de terra.

Una activitat amb un gran component de disciplina per aconseguir que l'alumne assoleixi amb fluïdesa els moviments i gests tècnics amb bon control.

Cal portar quimono.

## **ESPORTS COL·LECTIUS**

**Multiesport.** Millorarem les habilitats motrius bàsiques (lateralitat, desplaçaments, córrer, salts ...) i desenvoluparem les específiques (capacitats perceptives). En aquesta edat la majoria de nens/es ja tenen definit quin és el seu segment dominant, l'objectiu és que realitzin la pràctica amb la part del cos que més domina sense oblidar la menys hàbil.

Iniciació a les activitats gimnàstiques, les formes jugades, esportives i pràctica de moltes tasques de col·laboració entre els alumnes del grup.

Cal portar roba i calçat esportiu.

**Escola Bàsquet.** Iniciació, desenvolupament i perfeccionament de la tècnica i tàctica de l'esport. Durant el curs es faran 3 jornades per posar en pràctica els aprenentatges.

Cal portar roba i calçat esportiu.

### **Bàsquet amb competició escolar CEEB**

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 ...

S'inicia la competició escolar (CEEB) com a eina complementària d'aprenentatge.

Per jugar els partits és obligatori portar una equipació representativa del centre.

Per entrenar cal roba i calçat esportiu.

## **ACTIVITATS EXPRESSIVES I CREATIVES**

**CreArt.** Desenvoluparem la creativitat, la imaginació i l'expressió mitjançant el joc teatralitzat i l'experimentació de tècniques expressives i artístiques.

Seguint un fil conductor, mourem el cos **CANTANT** cançons divertides i modernes, **BALLAREM** aprenent coreografies senzilles i **REPRESENTAREM** una petita peça on l'expressió serà clau. Per vestir i escenificar les sessions introduïrem les manualitats.

Cal portar roba còmode o esportiva

## **FIRST PAGE ENGLISH**

**Anglès.** Amb l'acadèmia aprendrem anglès de manera dinàmica i divertida incorporant temes culturals, jocs, cançons ...

Per als més grans s'introduiran els jocs de rol per reforçar l'aprenentatge i comunicació

## **ACOLLIDA MATÍ I TARDA**

L'acollida es un espai, sobretot al matí, que afavoreix la conciliació familiar. Al matí una estona de permanència relaxada abans d'entrar a les classes. A la tarda una mica més dinàmica.

Les acollides són espais lliures on hi ha un dinamitzador que pot fer propostes de joc lúdic, de jocs de taula, on si pot dibuixar lliurement on el nen/a pot llegir o estudiar si ho necessita.