

# ACTIVITATS EXTRAESCOLARS ESCOLA EDUMAR

## CURS 2011-2012



**ESCOLA EDUMAR**  
[www.xtec.cat/ceipedumar](http://www.xtec.cat/ceipedumar)

**AMPA Escola Edumar**  
[www.ampaedumar.com](http://www.ampaedumar.com)  
[info@ampaedumar.com](mailto:info@ampaedumar.com)



**Ajuntament  
de Castelldefels**



### Índex

Normativa d'inscripció	2
Graelles	3
Extr. Lúdiques	4
Extr. Esportives	7
Full inscripció	12

#### PERIODE D'INSCRIPCIÓ:

DEL 23 DE MAIG AL 3 DE JUNY

(NOUS ALUMNES de P3: fins el 15 de de juny)

## ACTIVITATS EXTRAESCOLARS DEL CURS 2011-2012

### Informació important sobre les subvencions

El proper curs, les activitats extraescolars patiran una disminució important de les subvencions.

D'una banda, les activitats lúdiques tindran una important retallada i això ens ha obligat a reduir el nombre d'activitats a vuit. L'import final de la subvenció encara no està fixat i, si finalment s'amplia, intentarem recuperar alguna de les activitats que hem hagut d'anul·lar.

Les activitats esportives també veuran reduïda l'aportació d'ajudes. El preu que indiquem és orientatiu i pot variar en funció dels alumnes inscrits i l'import final de la subvenció, que encara no coneixem.

### Període d'inscripció

El període d'inscripció per les activitats extraescolars del curs 2011-2012 serà **del 23 de maig al 3 de juny** i, només per als alumnes que el proper curs cursaran P3, s'amplia fins el 15 de juny.

Les activitats que no quedin completes el mes de juny, ampliaran el seu període d'inscripció a setembre.

### Inscripció

La inscripció caldrà fer-la a través del **formulari** que trobareu al web de l'AMPA ([www.ampaedumar.com](http://www.ampaedumar.com)) i que les famílies incloses al Mailing heu rebut en el vostre correu (ens el podeu demanar a [info@ampaedumar.com](mailto:info@ampaedumar.com))

Les persones que no tinguin accés a Internet, podran fer servir el full d'inscripció que trobaran al final del dossier, al taulell de consergeria i al web de l'AMPA, i deixar-lo a la bústia habilitada al vestíbul per les inscripcions.

**Els alumnes que s'inscriguin per primer cop a una activitat esportiva** cal que ens lliurin una fotocòpia de la seva targeta CatSalut o que ens l'enviïn escanejada a [info@ampaedumar.com](mailto:info@ampaedumar.com)

### Confirmació de la preinscripció Publicació de les llistes

Publicarem la llista de preinscrits a la Intranet del web de l'AMPA i al taulell de secretaria de l'AMPA en diverses dates, actualitzant-la amb les noves inscripcions perquè pugueu revisar-les i comprovar que són correctes:

divendres 27 maig, dimecres 1 juny i divendres 3 juny

### Criteris d'adjudicació de places

Es reserven dues places de cada activitat per als alumnes amb necessitats educatives socials; si no s'omplen, passaran a disposició de la resta dels inscrits.

Als alumnes que realitzin la preinscripció el mes de juny, se'ls adjudicarà la plaça en l'activitat amb preferència respecte a les inscripcions que puguin arribar el mes de setembre, que només podran optar a les places vacants cas n'hi hagin.

En cas de tenir més demanda que oferta en alguna activitat el mes de juny, es farà un **sorteig**. La data s'anunciarà al taulell d'anuncis i al web de l'AMPA.

Les sol·licituds que hagin quedat fora després del sorteig passaran a formar part d'una llista d'espera.

### Inscripció Setembre

El mes de setembre es podrà fer inscripció a les activitats amb places vacants. Les inscripcions s'atendran per ordre d'arribada, no hi haurà sorteig.

### Dipòsit de 20 euros per activitat

**Perquè la inscripció sigui vàlida, cal fer un dipòsit de 20 euros per activitat.** Aquest import es retornarà a final de curs només als alumnes que hagin mantingut l'assistència fins a la finalització de l'activitat. Cas que l'alumne/a no pugui ser admès/a a l'activitat, es retornarà el mes de setembre

**Aquest dipòsit es cobrarà en el rebut del mes de juny de 2011.** En el cas dels alumnes de P3, caldrà que facin el pagament al compte 2081-0398-01-3300004716 (Caixa Penedès) i portin el justificant a la secretaria de l'AMPA abans de dimarts 21 de juny.

Per poder a dur terme cada activitat i garantir el seu bon funcionament i qualitat, hem establert un nombre mínim i un nombre màxim d'inscripcions:

EXTRAESCOLARS LÚDIQUES			
CURSOS	ACTIVITAT	Mínim	Màxim
P3-P4	JOCS TRADICIONALS	13	14
	EXPRESSIÓ CORPORAL	13	14
	ARTESANIA 1	13	13
P5, 1r i 2n	ARTESANIA 2	13	13
	CONTES A ESCENA	13	16
3r a 6è	BATUKA 1	13	15
	BATUKA 2	13	15
	CERÀMICA	13	13

EXTRAESCOLARS ESPORTIVES			
CURSOS	ACTIVITAT	Mínim	Màxim
1r	JOCS PREESPORTIUS 1	14	16
2n	JOCS PREESPORTIUS 2	14	16
1r a 4t	PATINATGE	14	14
1r a 6è	ESCACS	12	12
3r i 4t	MULTIESPORT Benjamí	14	16
3r a 6è	VÒLEI	14	18
	TENNIS TAULA	12	12
4t a 6è	BÀSQUET	14	16
5è i 6è	MULTIESPORT Aleví (1 i 2)	14	16

## GRAELLA HORARIS

	ACTIVITAT	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
L Ú D I Q U E S	HORARI: de 17.00 a 18.15 h					
	Artesania (1 i 2)		P5, 1r i 2n (2)		P3 i P4 (1)	
	Batuka (1 i 2)	5è i 6è (1)				3r i 4t (2)
	Ceràmica			3r a 6è		
	Contes a escena				P5, 1r i 2n	
	Expressió Corporal			P3 i P4		
	Jocs Tradicionals	P3 i P4				
E S P O R T I V E S	HORARI: de 17.00 a 18.15 h					
	Jocs Preesportius (1 i 2)	1r (1)	2n (2)	1r (1)	2n (2)	
	Patinatge	1r a 4t				
	Escacs	1r a 6è				
	Tennis Taula				3r a 6è	
	Bàsquet	4t a 6è		4t a 6è		
	Multiesport (Bnj i Alv 1)		3r i 4t (Bnj)		3r i 4t (Bnj)	5è i 6è (Alv 1)
	HORARI: de 18.15 a 19.30 h					
	Multiesport Aleví (2)		5è i 6è		5è i 6è	
	Vòlei	3r a 6è		3r a 6è		

Els PREUS que indiquem a continuació són orientatius. Poden tenir una petita variació en funció de la subvenció final.

Activitat	Preu mes
Lúdiques (1 dia)	9 €
Esport 1 dia	16 €
Esport 2 dies	23 €

### Subvencions:

Activitats lúdiques: **Pla Educatiu d'Entorn**

Multiesport: **Pla Català de l'Esport.**

Resta d'activitats esportives: **Patronat Municipal d'Esports.**

**RECORDEU QUE ELS PREUS SÓN ORIENTATIUS**

## EXTRAESCOLARS LÚDIQUES

### NORMATIVA GENERAL

1. Els nens/es inscrits han d'assistir-hi regularment
2. Cal indicar en el full d'inscripció (en observacions) si el vostre fill/a pot marxar sol de l'escola un cop acabada l'activitat
3. L'alumne/a no podrà sortir de l'activitat abans de l'hora de finalització sense un justificant
4. L'activitat comença i acaba amb puntualitat. Per tant es prega la màxima puntualitat a l'hora de recollir els vostres fills/es.
5. Els nens/es han de portar roba adequada a l'activitat.
6. Els nens/es berenaran durant els 15 minuts d'inici de l'activitat. Preguem que sigui un berenar petit, ja que si en porten molt, tardaran massa en menjar i no tindrem tot el temps que cal per desenvolupar bé l'activitat.
7. Els alumnes que vinguin a escola però aquell dia no assistiran a l'activitat extraescolar, han de portar una nota escrita i donar-la al tutor/a, qui n'informarà al monitor/a de l'activitat.

**Mostra d'Extraescolars.** La Festa de la Primavera que es celebra a l'escola (abril o maig), inclou una mostra de les activitats i treballs realitzats. També podeu veure una exhibició d'algunes extraescolars que participen en la Mostra i en la Festa de Cloenda d'Extraescolars que organitza l'Ajuntament (maig i juny).

### JOCSTRADICIONALS



Monitora: **Sixta Peña**  
 Cursos: **P3 i P4**  
 Dies: **dilluns**  
 Horari: **17 a 18.15h.**

L'activitat de Jocs Tradicionals ofereix un recull de cançons i jocs populars pels més petits. Amb el "joc" com a eina d'aquesta activitat, els nens descobreixen les seves possibilitats, aprenen a conèixer el món que els envolta, a interpretar la realitat, a assumir rols i aprendre regles, a exterioritzar pensaments i també a satisfer les seves fantasies. Podem dir que aquestes raons ens porten a considerar el joc com una activitat bàsica de la infància indispensable per el desenvolupament de les capacitats psicomotrius, intel·lectuals, afectives, emocionals i socials.

L'objectiu principal d'aquesta activitat és que el nen/a gaudeixi jugant i aprengui a relacionar-se amb altres nens.

La durada d'aquesta activitat serà d'un curs escolar i es dividirà en tres trimestres.

El primer trimestre introduïm al nen en els jocs més senzills, fent servir com a fil conductor algun personatge fantàstic (un follet, un jeti...) o un conte. En altres casos ho farem amb imatges, o serà la monitora qui els ho faci veure amb la pràctica.

Introduïm cançons tradicionals pròpies dels jocs, balls rodons i algunes cançons electives o eliminatòries.

Durant tot el curs realitzarem jocs més complexos que impliquen tant l'atenció del nen, com la seva capacitat de respectar les normes que comporta el nou joc.

Manipularem tota mena de materials: pilotes, cordes, globus, bitlles, peces de psicomotricitat, coixins...

El tercer trimestre, amb la calor, aprofitarem per fer jocs d'aigua (pistoles d'aigua, pescar peixos, globus d'aigua...)

Els espais que utilitzarem (depenent del joc que farem) seran: el gimnàs, la classe i el pati. Disposem d'un munt de jocs pels dies de pluja!

Vine a jugar amb nosaltres!!!

#### Objectius generals de l'activitat:

- Treballar l'equilibri del cos i la coordinació de moviments en els diferents desplaçaments.
- Progressar en el descobriment i domini del propi cos.
- Treballar la lateralitat, l'orientació, direcció, cos estàtic, força, partint del propi cos en l'espai exterior.
- Desenvolupar motricitat fina (del tipus ull-mà)
- Avançar en l'adquisició d'hàbits en grup: saber esperar el torn en el joc i escoltar els altres.
- Potenciar la seguretat en si mateix i la seva autoestima.
- Millorar la capacitat d'escoltar i l'actitud de respondre correctament a estímuls verbals.
- Reforçar funcions sensorials: visual, tàctil i auditiva.
- Desenvolupar l'efectivitat, la socialització i l'autocontrol.
- Enriquir la capacitat comunicativa dels nens
- Conèixer els jocs tradicionals de la nostra cultura i les cançons relacionades a cada joc.

## EXTRAESCOLARS LÚDIQUES

### EXPRESSIÓ CORPORAL

#### Objectius:

En aquesta activitat pretenem que el nen/a estigui content, que conegui el seu entorn, que estigui amb els companys i treballi les diferents parts del cos amb música i amb jocs. L'expressió corporal també és un medi per conèixer i desenvolupar diferents aptituds com ara el companyerisme, la consciència de grup, el respecte, la diversitat i l'actitud d'escolta.

#### Contingut:

Els continguts són molt variats, des de tots els elements de la natura, incloent-hi els animals, estats d'ànim, festes anuals: carnaval, castanyada, Nadal, etc, fins els números, les estacions de l'any, etc.



Monitora: **Begoña Toril**

Cursos: **P3 i P4**

Dies: **dimecres**

Horari: **17 a 18.15h.**

### ARTESANIA (1 i 2)

Activitat extraescolar on treballarem les diferents disciplines de l'art plàstic. La seva durada serà d'un curs escolar dividit en tres trimestres. Es treballaran les mateixes tècniques i temes adaptades a cada edat.

L'objectiu de l'activitat és potenciar la pròpia creativitat de l'alumne dins d'unes activitats programades i guiades.

No obstant, els alumnes experimentaran i crearan lliurement a partir de la tècnica anteriorment explicada, per tal que cada nen/a aprengui a realitzar el treball per si mateix.

#### Programació del curs:

S'escollirà un tema que vincularà la gran majoria d'activitats que treballarem al taller. Depenent de la durada del trimestre i/o de les activitats realitzarem un o dos projectes de llarga durada, i diversos tastets experimentals.

**Material:** Els alumnes han de portar una bata.



Monitora: **Laia Soler**

Cursos / Dies:

**P3 i P4 / dijous**

**P5 a 2n / dimarts**

Horari: **17 a 18.15h.**

### BATUKA (1 i 2)

La batuka és la combinació de diferents moviments aeròbics coordinats amb música.

Aquests moviments es mesclen amb disciplines com la capoeira, el tai-chi, el kung fu i el kick boxing, amb una àmplia varietat de balls i ritmes com ara la samba, salsa, reggaeton, cumbia, merengue, dance, funk... i molts més, depenent de l'exigència física de la batuka.

És un tipus d'exercici que ha estat dissenyat per exercitar tots els músculs de manera pro-

gressiva, enfortint els principals grups musculars, activant el sistema cardiorespiratori i exercitant la coordinació motriu i la sensorial al treballar al ritme de la música. Està indicat per a tot tipus d'edats.

#### Objecius de l'activitat:

Bon comportament, implicació, participació, assimilació dels continguts, cooperació amb els companys i amb la professora.



Monitora: **Begoña Toril**

Cursos / Dies:

**5è i 6è / dilluns**

**3r i 4t / divendres**

Horari: **17 a 18.15h.**

## EXTRAESCOLARS LÚDIQUES



Monitora: **Sixta Peña**  
 Cursos: **P5 a 2n**  
 Dies: **dijous**  
 Horari: **17 a 18.15h.**

### CONTES A ESCENA

Activitat extraescolar on farem que els nens/es adquireixin les primeres nocions de teatre passant-ho bé en grup.

L'objectiu general serà cultivar el desenvolupament de la imaginació i la creativitat.

La seva durada serà d'un curs escolar dividit en tres trimestres.

El primer trimestre, mitjançant els jocs teatrals, els nens/es aprendran a comunicar-se amb la resta del grup i a perdre la por escènica. Treballarem també nocions d'expressió corporal, mètodes de relaxació, la veu i explorarem les dots interpretatives.

Alguns del jocs que realitzarem :

- jocs d'escalfament (moments de relaxació i distensió del cos): l'estàtua, el mirall, quina és la meua cara?, la caixa de sorpreses....
- jocs d'interacció (jocs de presentació i cooperació): la salutació, el cec, el periodista, presento el meu company...
- jocs de dramatització (desenvolupar l'expressió personal mitjançant la invenció.): metamorfosi, anuncis de publicitat, el guinyol, jocs artificials, la venda de coses absurdes...

El segon trimestre es prepararà un conte, en el qual tots els nens tindran el seu paper i

col·laboraran amb els decorats i elements escènics que necessitem per dur a terme l'obra escollida.

La representació del conte es farà durant la Festa de la Primavera.

El tercer trimestre treballarem petits contes infantils interpretats pels nens. Alguns seran contes coneguts i d'altres seran contes inventats per ells mateixos.

Per l'activitat de contes a escena disposem d'un espai, on també guardem tot el nostre material : disfresses, pintures, maquillatges, elements teatrals....

#### Objectius de l'activitat:

- Millorar el grau d'atenció, d'observació, sensibilització i comprensió.
- Estimular la capacitat creativa.
- Millorar les capacitats pròpies d'expressió mitjançant la comunicació oral.
- Treballarem el món teatral mitjançant la veu (el to), els gestos, la improvisació i la dinàmica.
- Saber adequar-se a diferents rols i situacions.
- Aprendre a sentir i a pensar.
- Desenvolupar les capacitats de motricitat fina i millorar les capacitats d'expressió plàstica.

### CERÀMICA



Monitora: **Montse Roca**  
 Cursos: **3r a 6è**  
 Dies: **dimecres**  
 Horari: **17 a 18.15 h.**

Amb l'activitat de ceràmica es vol oferir als nens i nenes de cicle mitjà i cicle superior, un espai on a través del treball del fang, poder expressar i desenvolupar la seva vessant creativa. Al mateix temps es vol oferir un ambient de treball relaxat, on poder gaudir i desenvolupar més tots els sentits, principalment el tacte, la vista, l'olfacte. Igualment trobar un espai de retrobament amb un mateix i amb les seves emocions.

La transformació del fang, tot modelant una forma i decorant-la, i finalment, la cuita en un forn...

Ajuda'm a omplir el forn! T'hi espero!

#### Objectius

- Apropar els infants al coneixement de la ceràmica.
- Afavorir el desenvolupament integral del infant.
- Realitzar treballs que requereixin delicadesa a l'hora de fer-los per tal d'aprendre a tenir cura per les coses i l'entorn.

- Utilitzar la ceràmica com a vehicle de descàrrega emocional, i així ajudar en l'equilibri intern.
- Millorar l'autoestima al valorar la feina realitzada.
- Reforçar la continuïtat en la feina.
- Desenvolupar la motricitat.
- Estimular la percepció visual i tàctil al treballar materials de diferents textures i colors.

#### Metodologia

Per tal d'oferir unes classes el més individualitzades possible, i tenir una millor qualitat en la feina, es treballarà en grups reduïts.

Les tècniques del treball a realitzar seran adaptades a les possibilitats de l'alumne/a. S'ensenyaran les diferents tècniques que hi ha de modelar i decorar el fang, tot respectant la iniciativa i el criteri artístic de cada alumne. Per tal de facilitar la realització de cada peça, es farà un esbós en un full de paper. Sempre es donarà més importància a una obra ben feta i no a molta obra feta.

# EXTRAESCOLARS ESPORTIVES

## NORMATIVA GENERAL

1. Els alumnes que s'inscriguin en qualsevol modalitat esportiva han d'adjuntar al full d'inscripció una fotocòpia de la seva targeta sanitària.
2. Els nens/es inscrits han d'assistir-hi regularment. Si per qualsevol motiu no hi poden assistir, preguem aviseu l'entrenador o a la Secretaria de l'AMPA.
3. Cal indicar en el full d'inscripció (en observacions) si el vostre fill/a pot marxar sol de l'escola un cop acabada l'activitat
4. L'alumne/a no podrà sortir de l'activitat abans de l'hora de finalització sense un justificant. També caldrà presentar un justificant en cas d'arribar amb retard a l'inici de la mateixa.
5. L'activitat comença i acaba amb puntualitat. Per tant es prega la màxima puntualitat a l'hora de recollir els vostres fills/es.
6. Els nens/es han de portar roba adequada a l'activitat. Els alumnes que participin en partits els dissabtes o en altres activitats esportives hauran de dur el conjunt de l'escola format per la samarreta tècnica de màniga curta de color verd i els pantalons curts de color blanc.
7. Els dies de partit o altres activitats, es recomana portar aigua i arribar 20' abans de l'hora d'inici.
8. Els nens berenaran durant els 15 minuts d'inici de l'activitat
9. No es permet el consum de cap tipus de llaminadura durant l'activitat
10. No es permet l'ús de bicicletes, monopatins i qualsevol altre "vehicle" d'aquest tipus abans, durant i després de l'activitat en l'interior de les instal·lacions de l'escola.
11. Els alumnes que vinguin a escola però aquell dia no assistiran a l'activitat extraescolar, han de portar una nota escrita i donar-la al tutor/a, qui n'informarà al monitor/a de l'activitat.

**Recordeu que podeu comprar la roba esportiva a la Secretaria de l'AMPA.**

El Patronat Municipal d'Esports organitza partits entre les escoles els dissabtes (Jocs Escolars) per alumnes de les categories Benjamí i Aleví. Es formaran equips amb els alumnes que desitgin participar.

## PATINATGE



Monitora: **Anaïs Anaya**  
Cursos: **1r a 4t**  
Dies: **dilluns**  
Horari: **17 a 18.15h**

### BOSSA DE PATINS

A l'escola, hem creat una borsa de patins. Podeu donar els que se us hagin quedat petits i consultar-nos si en tenim del número que necessiteu.

### Programa del curs:

L'activitat de patinatge artístic està destinada a tots aquells nens i nenes que vulguin practicar un esport i un joc d'esbarjo alhora. Amb el patinatge es desenvolupa el sistema psicomotriu, l'equilibri i la coordinació de moviments. Es tracta d'un esport molt complet.

Es tindrà en compte el nivell dels alumnes a l'hora de treballar.

### Objectius Generals

Els objectius que es volen aconseguir amb els nens/es d'aquesta activitat són:

### Nivell Inicial:

- Millorar el seu equilibri
- Aprendre a córrer cap endavant creuant
- Aprendre a frenar correctament
- Aconseguir una bona posició dels braços i de l'espatlla al córrer
- Realització de diferents figures de patinatge de nivell bàsic
- Saber introduir els exercicis en un ball amb música

### Nivell Avançat:

- Consolidar els objectius del nivell inicial
- Aprendre a córrer cap a endarrere creuant
- Realització de exercicis més complexos
- Aprendre a fer salts i piruetes de nivell més avançat
- Saber introduir els exercicis en un ball amb música

Es vol aconseguir un bon clima de treball, reforçant la solidaritat entre els patinadors, per exemple si cau un nen, un altre el pot ajudar a aixecar-se.

En aquesta activitat es potencia els hàbits esportius i valors educatius, com l'esforç, la superació personal, el "fair play", el compromís de treball en grup, la responsabilitat del propi treball individual, el companyerisme, l'acceptació de la victòria però també de la derrota, etc.

És important motivar als nens a realitzar un esport diferent com és el patinatge sobre rodes, ja que no és gaire conegut però és molt enriquidor i els nens i nenes gaudeixen molt.

**Material:** Patins de 4 rodes (els alumnes que ho desitgin poden deixar els patins al centre durant tot el curs)

## EXTRAESCOLARS ESPORTIVES

### JOCS PREESPORTIUS (1 i 2)

#### Programació i metodologia del curs:

Activitat extraescolar en la qual treballarem diferents tècniques i àmbits tant individualment com col·lectivament. El curs està dividit en tres trimestres, i en cada un d'ells practicarem un estil diferent. Els alumnes de la categoria prebenjamí (1r i 2n) participaran quatre dissabtes a l'any en activitats esportives organitzades pel Patronat Municipal d'Esports.

#### La metodologia de les sessions:

En la fase inicial de la sessió comencem fent activitats o jocs per tal que els nens/es escafin correctament i es preparin per realitzar l'activitat principal. Es continua fent un joc lúdic per motivar al grup, donar ritme a la sessió i així finalitzar l'escalfament.

La segona fase té diferents parts; en primer lloc desenvolupem jocs varis de diferents àmbits per millorar la tècnica de cada esport. No tan sols farem esport sinó que tam-

bé realitzarem diferents jocs o sessions que serveixin perquè l'alumne aprengui a relacionar-se amb els companys (amb una bona actitud).

Per últim, farem el retorn a la calma, i introduïrem activitats de menys moviment per tal d'anar relaxant el cos.

#### Objectius:

- Saber jugar en equip, i saber aprofitar totes les possibilitats de joc.
- Ser respectuosos amb els companys en relació al seu nivell esportiu.
- Millorar la tècnica individual i grupal de cada infant.
- Saber perdre i guanyar indistintament sense que hi hagi baralles entre els nens.
- Conèixer altres disciplines esportives com l'hockey, tenis, volei, badminton, ping-pong, atletisme, salts de longitud ....
- Potenciar el gust per l'esport i prendre consciència de la seva importància per una millor qualitat de vida.
- Conèixer i assumir els valors esportius per un bon comportament social.



Monitora: **Carol Carmona**  
Cursos / Dies:  
**1r / dilluns i dimecres**  
**2n / dimarts i dijous**  
Horari: **17 a 18.15h.**

### MULTIESPORT Benjamí

Activitat extraescolar en la qual treballarem tres modalitats esportives (handbol, bàsquet i futbol) dividides en blocs trimestrals a més d'introduir a l'alumne/a en la iniciació d'altres esports com hoquei, vòlei, bàdminton, tennis...

Els alumnes de la categoria benjamí (3r i 4t) que desitgin participar en els Jocs Escolars que organitza el Patronat podran formar un equip per a poder jugar els dissabtes contra altres escoles de Castelldefels.

#### Metodologia de les sessions:

En la fase inicial de la sessió comencem fent estiraments que son dirigits per la monitora de l'activitat, i en alguna ocasió per els mateixos nens, amb la intenció de que recordin més fàcilment els exercicis. Es continua fent un joc lúdic per motivar al grup, donar ritme a la sessió i així finalitzar la primera part d'escalfament.

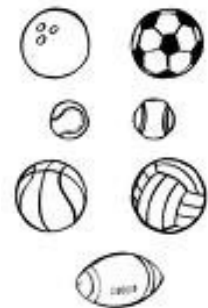
La segona fase té diferents parts; en primer lloc desenvolupem exercicis varis de l'esport concret que estem practicant i d'aquesta manera millorem la tècnica. En la segona part, fem un partit aplicant tot el que hem après fins ara. Aquest mètode permet millorar sessió a

sessió i els nens es veuran recompensats pels resultats en els partits durant l'activitat i en els partits dels dissabtes si decideixen participar, on les seves millores personals i grupals es veuran reflectides. No es tracta de guanyar partits, sinó de millorar dia a dia.

Per últim i com a tercera part de la sessió utilitzarem el retorn a la calma, introduïrem activitats de menys moviment cada vegada per tal d'anar relaxant el cos de forma pausada i acabarem amb uns bons estiraments.

#### Objectius:

- Conèixer les disciplines esportives del bàsquet el futbol i l'handbol.
- Saber jugar en equip, i saber aprofitar tots els espais del camp.
- Ser respectuosos amb els companys en relació al seu nivell esportiu.
- Millorar la tècnica individual i grupal de cada infant.
- Saber construir l'atac, la defensa i la recollida dins de cada esport concret.
- Aprendre a fer un bon escalfament per evitar lesions.

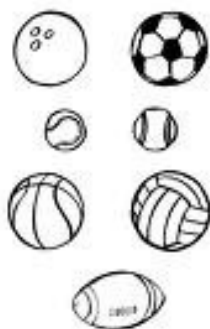


Monitor: **Manu Polo**  
Cursos: **3r i 4t**  
Dies: **dimarts i dijous**  
Horari: **17 a 18.15h.**

- Conèixer altres disciplines esportives com l'hockey, tenis, vòlei, bàdminton, ping-pong, atletisme, salts de longitud ....
- Potenciar el gust per l'esport i prendre consciència de la seva importància per una millor qualitat de vida.
- Conèixer i assumir els valors esportius per un bon comportament social.

## EXTRAESCOLARS ESPORTIVES

### MULTIESPORT Aleví (1 i 2)



Monitor: **Ino González**

Cursos: **5è i 6è**

Dies i Horari:

Grup 1: **divendres**  
**de 17 a 18.15h**

Grup 2: **dimarts i dijous**  
**de 18.15 a 19.30h**

Ens agradaria poder formar un **equip femení** pels partits de dissabte. Us animem, noies, a inscriure-us a aquesta activitat!



Monitor: **Manu Polo**

Cursos: **4t a 6è**

Dies: **dilluns i dimecres**

Horari: **17 a 18.15h**

#### Presentació de l'activitat.

A l'activitat de Multiesport es pretén que els alumnes s'iniciïn en el camp de les activitats esportives per tal de triar un esport un cop acabada la primera etapa escolar, des d'una vessant lúdica i plural, afavorint una formació global de cada alumne en el procés de reconeixement del seu propi esquema corporal, el reconeixement i experimentació amb el seu entorn, així com la interacció amb els altres.

En aquestes activitats, treballarem principalment dues disciplines esportives: handbol i futbol, coincidint amb els quadrimestres del curs, tot i que tocarem al llarg de l'any moltes altres disciplines.

La tècnica de perfeccionament de cada esport es farà de forma individual al llarg dels entrenaments i de forma grupal compartint amb altres equips, ja que els dissabtes al matí farem partits amb la resta d'escoles de Castelldefels (els alumnes que ho desitgin).

#### Objectius Generals:

- Conèixer les disciplines esportives del futbol i l'handbol.
- Saber jugar en equip, i saber aprofitar tots els espais del camp.
- Ser respectuós amb els companys en relació al seu nivell esportiu.
- Millorar la tècnica individual i grupal de cada infant.
- Saber construir l'atac, la defensa i la recollida dins de cada esport concret.

- Aprendre a fer un bon escalfament per evitar lesions.
- Conèixer altres disciplines esportives com l'hoquei, tennis, vòlei, bàdminton, ping-pong, atletisme, salts de longitud ...
- Potenciar el gust per l'esport i prendre consciència de la seva importància per una millor qualitat de vida.
- Conèixer i assumir els valors esportius per un bon comportament social.

#### Programació i metodologia del curs:

Treballarem dos esports per trimestre, un d'ells serà el principal, és a dir, aquell que tingui partits programats els dissabtes. L'altre serà complementari per tal de millorar la tècnica del primer.

En la **fase inicial** de la sessió es comença fent estiraments, aquests són dirigits per la monitora de l'activitat. Es continua fent un joc lúdic per motivar al grup i donar ritme a la sessió.

La segona fase, la **principal**, es divideix en dues parts: En la primera millorem la tècnica de l'esport concret que practiquem aquell trimestre. En la segona, fem un partit aplicant tot el que hem après fins el moment.

La **tercera part** de la sessió serà el **retorn a la calma**, amb activitats de menys moviment per tal de relaxar el cos de forma pausada i acabarem amb uns bons estiraments.

### BÀSQUET

#### Objectius:

- Fomentar la pràctica d'activitat física en els nens en edat escolar.
- Aprendre els gestos tècnics bàsics propis de l'esport del bàsquet i la seva aplicació en Joc real.
- Aprendre i aplicar la tàctica bàsica esportiva específica.
- Fomentar el treball en equip.
- Valorar la participació i l'esforç per sobre de guanyar o perdre

#### Continguts:

**1. Tècnics:** El bot, Els canvis de mà, Les finalitzacions, La passada, La defensa

**2. Tàctics:** El joc amb pilota, El joc sense pilota, La defensa

**Activitats:** Joc pre-esportiu, Joc real, Joc reduït

Tasques analítiques per a la millora de les capacitats coordinatives  
Tasques on l'alumne ha de resoldre una situació utilitzant els seus coneixements apresos durant l'any

## EXTRAESCOLARS ESPORTIVES

### VÒLEI

#### Programa del Curs

El voleibol que es practica en les edats que comprenen els cursos als quals va dirigida aquesta activitat es denomina mini voleibol. El mini voleibol és una adaptació de l'esport del voleibol a les possibilitats i interessos dels nens, modificant o adaptant les mesures de les superfícies, la quantitat de jugadors, les regles, etc. Va dirigit als alumnes compresos en les categories benjamí i aleví. Té la fonamental tasca d'incentivar el gest i l'entusiasme per aquest esport, i la posterior captació de jugadors. Des del punt de vista educatiu és un mitjà per a millorar les qualitats motrius i coordinatives, la cooperació entre companys del mateix equip i la diversió; mentre que des del punt de vista competitiu (que es dona principalment en els clubs) serveix com a mitjà per a l'entrenament en el procés tècnic-tàctic.

#### Objectius generals

Introducció a la pràctica del mini voleibol, iniciant el desenvolupament de les habilitats motrius bàsiques (desplaçaments, salts, girs, llançaments, cops), les complexes

(combinació de les bàsiques), la condició física (resistència, velocitat, flexibilitat i força) i el desenvolupament d'habilitats socials, ja que estem davant un dels pocs esports d'equip en el qual el contacte amb el contrari no existeix, la col·laboració amb la resta de l'equip és necessària per a jugar i cal, per fi del partit, felicitar al contrincant

#### Objectius específics

- Divertir a l'alumne amb un nou esport
- Conèixer i practicar una rutina d'exercicis d'escalfament i/o estirament específics del voleibol. Ensenyament de la importància de l'escalfament/estirament per a evitar possibles lesions
- Aprenentatge d'exercicis i jocs per a escalfar abans de cada sessió d'entrenament i/o partit
- Aprendre el joc del voleibol de forma bàsica

#### Recursos materials

Pista de voleibol en la pista esportiva i de mini voleibol en el gimnàs del CEIP Edumar - Pals i Xarxa - Xiulet - Pilotes de mini voleibol - Pilotes de gomaescuma - Cons - Cintes - Piques - Cercles - Petos



**Monitor: Ino González**  
**Cursos: 3r a 6è**  
**Dies: dilluns i dimecres**  
**Horari: 18.15 a 19.30 h**

#### Avaluació

Al llarg de les sessions informarem constantment als alumnes sobre els objectius que pretenem aconseguir. Prestarem especial atenció que els nens/es gaudeixin.

L'avaluació es realitzarà diàriament mitjançant l'observació de les diferents sessions tant a nivell individual com grupal.

La finalitat és el progrés dels nens i nenes que realitzen les activitats

### ESCACS

#### Objectius Generals:

- Desenvolupar l'atenció, la concentració, l'orientació espai-temporal, la capacitat de raonament, la memòria, la creativitat i la imaginació.
- Acostumar-se a respectar les regles i les normes de comportament i fomentant el desenvolupament de relacions interpersonals equilibrades i constructives.
- Desenvolupar la capacitat d'analitzar sistemàticament els problemes (obtenir la informació, seleccionar-la, organitzar-la i utilitzar-la).
- Valorar amb antelació els avantatges i inconvenients d'una decisió i planificar anticipadament les respostes a possibles situacions.
- Responsabilitzar-se dels propis actes (encerts i errors).
- Desenvolupar l'autoestima i superació, valorant el propi procés d'aprenentatge.

#### Específics del nivell d'iniciació:

- Dominar els coneixements bàsics: característiques del tauler, el valor de les peces i els seus moviments, l'objectiu de la partida,

les regles que regeixen el joc, l'escac com amenaça i l'escac i mat.

- Exercitar un catàleg bàsic de situacions: casos d'empat (Rei ofegat, etc.), mats en una jugada i finals de poques peces, algunes elementals jugades inicials.
- Aprendre i exercitar la notació algebraica de les jugades.

#### Específics del nivell avançat:

- Repassar i consolidar els coneixements bàsics.
- Domini de la visió immediata.
- Primers exercicis per a desenvolupar la visió mediata.
- Exemples del raonament: la combinació i el parany.
- Exemples de combinacions de mat.

#### Metodologia

Treball en grup atenent el procés d'aprenentatge individualitzat mitjançant:

- Explicacions
- Realització d'exercicis
- Resolució de problemes



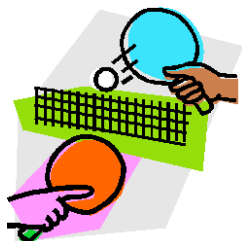
**Monitor: Ricard Vidal**  
**(Club Escacs Castelldefels)**  
**Cursos: 1r a 6è**  
**Dies: dilluns**  
**Horari: 17.00 a 18.15 h**

Algunes vegades de forma col·lectiva, altres en parelles i unes altres individualment, combinant el mètode del descobriment guiat amb la recerca de les solucions sense guia. Partides d'entrenament i pràctica dels coneixements adquirits, amb comentaris i aprofitant les posicions plantejades per a anar millorant l'anàlisi i la presa de decisions.

Partides amistoses, sense comentaris durant la partida, simulant les condicions de competència d'un torneig (silenci, anotació de totes les jugades, etc.) per a després revisar-les pas a pas i detectar els diferents errors i encerts i treure les conclusions que permetran anar millorant el nivell de joc i de gaudi de l'activitat.

# EXTRAESCOLARS ESPORTIVES

## TENNIS TAULA



Monitor: **Albert Campos**  
 Cursos: **3r a 6è**  
 Dies: **dijous**  
 Horari: **17 a 18.15**

### Programa del Cours

#### Característiques del tennis taula.

És molt normal en nombrosos esports que molts nens i nenes es troben il·lusionats el primer dia per practicar un esport i, després d'un complet i, de vegades exhaust entrenament, no tornin mai més.

El Tennis Taula no és una excepció, no es pot imposar, ja que el sentiment d'amor, quan s'imposa des de fora provoca just tot el contrari: el rebuig.

Aquesta proposta considera primordial que els nens i nenes practiquin aquest esport educant-se com a persones íntegres que és el màxim que pot aspirar qualsevol esportista. Així enfocat el Tennis Taula proporciona nombroses **sensacions plaents de constant superació i grans satisfaccions** així com **beneficis en la pròpia salut ajudant també al benefici social de reconeixement i prestigi.**

És important en els nens i nenes el desenvolupament de la percepció motora i la coordinació: a cada acció pròpia es presenten durant el joc una infinitat de reaccions contràries, la qual cosa, torna a requerir mecanismes de moviments complexos que han d'estar perfectament coordinats.

Tenint en compte les característiques bàsiques d'aquest esport es formulen mitjançant aquesta activitat els següents

#### Objectius:

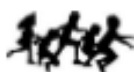
- Educació de nocions i actituds esportives
- Educació de motivacions i emocions esportives
- Formació d'hàbits de conductes i sentiments esportius
- Formació de trets de la voluntat i del caràcter
- Formació de la personalitat del jugador

#### Seguint les **pautes** següents:

- Es realitzarà agrupant als nens i nenes segons la seva edat, nivell de maduració i nivell de destresa esportiva
- Es propiciarán oportunitats per aconseguir l'èxit de tots els participants
- S'afavorirà la cooperació, participació i l'esperit esportiu
- S'intentarà que els nens i nenes guanyin sense triomfalismes i sàpiguen perdre sense dramatisme

#### Recursos materials

A més a més de roba lleugera, és necessari disposar **d'una pala adaptada** a l'aprenentatge dels alumnes i serà el professor qui de forma individualitzada vagi indicant la pala i gomes requerides.



ACTIVITATS EXTRAESCOLARS CURS 2011-2012  
ESCOLA EDUMAR

Nº Inscripció

Nom alumne/a:	Curs que farà (2011-2012):
1r Cognom:	Nº targeta sanitària CatSalut:
2n Cognom:	Telèfon/s:
Data de naixement:	E-mail:

Marqueu aquesta casella si és un/a alumne/a d'Educació Especial

PERIODE D'INSCRIPCIÓ: de dilluns 23 de maig a divendres 3 de juny (alumnes nous de P3, fins dimecres 15 de juny)\*\*  
 - Preguem feu la inscripció mitjançant el **FORMULARI publicat al WEB AMPA** (l que hem enviat per email)  
 - Bústia vestíbul: **SI NO DISPOSEU DE CONNEXIÓ A INTERNET**, deixeu aquest full a la bústia del vestíbul

Marqueu amb una X les activitats demanades

X	Activitat	Cursos	Dia	Horari
ACTIV. LÚDIQUES	JOCs TRADICIONALS	P3-P4	DILLUNS	17 a 18.15 h
	BATUKA (1)	5è i 6è		
	ARTESANIA (2)	P5, 1r i 2n	DIMARTS	
	EXPRESSIÓ CORPORAL	P3-P4	DIMECRES	
	CERÀMICA	3r a 6è		
	ARTESANIA (1)	P3-P4	DIJOUS	
	CONTES A ESCENA	P5, 1r i 2n		
	BATUKA (2)	3r i 4t	DIVENDRES	
ACTIV. ESPORTIVES	PATINATGE	1r a 4t	DILLUNS	17 a 18.15 h
	ESCACS	1r a 6è		
	JOCs PREEsPORTIUS (1)	1r	DILLUNS I DIMECRES	
	BÀSQUET	4t a 6è		
	VOLEI	3r a 6è	18.15 a 19.30 h	
	MULTIESPORT Aleví (2)	5è i 6è		
	JOCs PREEsPORTIUS (2)	2n	DIMARTS I DIJOUS	
	MULTIESPORT Benjami	3r i 4t		
	TENNIS TAULA	3r a 6è	DIJOUS	17 a 18.15 h
	MULTIESPORT Aleví (1)	5è i 6è	DIVENDRES	

Els alumnes que s'inscriuin per primer cop a una activitat esportiva han d'adjuntar una fotocòpia de la targeta CatSalut o enviar-nos-la escanejada a [Info@ampaedumar.com](mailto:Info@ampaedumar.com)

**IMPORTANT:** Cal fer un dipòsit de 20 euros per cadascuna de les activitats sol·licitades (es farà el càrrec en el rebut de juny). Aquest import es retornarà a final de curs segons condicions especificades al dossier general.

\* ALUMNES NOUS DE P3: Illureu el justificant del pagament de dipòsit (Caixa Penedès 2081-0398-01-3300004716) a la Secretaria de l'AMPA abans de dimarts 21 de juny.

Observacions (informació que vulgueu comentar):

---



---



---