Programa d'activitats extraescolar curs 25-26

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 **I3 a I5**

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 25-26

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 cèrcol.

Cal portar roba esportiva.

Danses 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.

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 25-26

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 introduirem les manualitats.

Cal portar roba còmode o esportiva

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.