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.

aee
associació esportiva l'eixample
Diputació 17-19, 08015 Barcelona
G08943813 tl. 935 150 055
contacta@ae-eixample.cat
www.ae-eixample.cat

Mou-te ballant. Desenvoluparem el sentit estètic, artístic i musical mitjançant jocs, activitats i sobretot balls i danses amb diferents estils musicals. Treballarem la coordinació i l'expressió corporal.

Cal portar roba i calçat esportiu.

Iniciació esportiva. Millorarem les habilitats motrius bàsiques (lateralitat, desplaçaments, córrer, salts...) i desenvoluparem les específiques (capacitats perceptives). En aquesta edat la majoria d'infants 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 i pràctica de moltes tasques de col·laboració entre els participants del grup.

Cal portar roba i calçat esportiu.

Recreació amb patins. 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 **(aconsellen canelleres i genolleres).**

ESPORTS INDIVIDUALS

Danses 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.

Judo. Art marcial que treballarem de forma no competitiva.

Introduirem, 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.

Activitat realitzada al Gimnàs Condal. Cal portar quimono.

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.

Per al patinatge artístic a partir de 3r de primària cal saber patinar.

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

Escacs. Activitat diferenciada pel grup d'edat.

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

ESPORTS COL·LECTIUS

Multiesport. Desenvoluparem i treballarem la lateralitat, la capacitat de discriminar i de consolidar les habilitats bàsiques. Un tastet per les diferents activitats d'una manera lúdica i gens competitiva.

> **Multiesport (esports individuals) 1r a 3r**: Acrosport i activitats gimnàstiques. Esports individuals centrats en les figures humanes, les activitats gimnàstiques i rítmiques.
>
> **Multiesport (esports col·lectius) 1r a 3r**: Ens centrarem en una roda de 4 blocs esportius, un tastet pel món del bàsquet, el vòlei, els jocs tradicionals i els jocs esportiu.
>
> **Multiesport 4t a 6è**: Coneixerem i ens iniciarem en diferents esports col·lectius (futbol sala, bàsquet, handbol, vòlei i hoquei), en jocs i activitats gimnàstiques o en formes jugades.

Cal portar roba i calçat esportiu.

Escola d'esports

Iniciació, desenvolupament i perfeccionament de la tècnica i tàctica de 3 esports, el futbol sala, el bàsquet i l'handbol.

Durant el curs es faran 3 jornades per posar en pràctica els aprenentatges únicament del futbol sala i del bàsquet.

Cal portar roba i calçat esportiu.

Futbol sala i bàsquet amb competició escolar CEEB.

Els grups d'activitat estan diferenciats per edat.

En els esports d'equip 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 que es practiqui.

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 l'equipament representatiu del centre.

Per entrenar cal roba i calçat esportiu.

ACTIVITATS EXPRESSIVES i CREATIVES

Espai d'expressió i creació. Activitat dissenyada pels més menuts de I3 que començarà al 2n trimestre.

Sessions on barrejarem el treball de la motricitat fina amb petites manualitats i el treball del cos amb jocs simbòlics i d'expressió.

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

Circ per menuts. Els nens/es aprendran tècniques sobre el propi cos per realitzar petites i senzilles acrobàcies. Iniciació a l'expressió, el mim, els equilibris i els malabars utilitzant el joc com a eina de treball.

Cal portar roba esportiva.

Teatre musical. Potenciarem la creativitat i espontaneïtat mitjançant la posada en escena de contes o situacions de la vida quotidiana, valorant l'expressió oral i corporal com a vehicle de relació i desinhibició.

Arribar a crear i representar una obra, un espectacle on el ball, el cant i la música formen part de la interpretació.

Cal portar roba còmode.

Dibuix i pintura. Manipularem diferents materials amb l'objectiu de crear.

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

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

Còmic. Endinsar-nos en del món real i del fictici representant i potenciant les habilitats artístiques dels infants.

Iniciació al treball de diferents tècniques d'il·lustració i creació de personatges.

Funny arts & games. Activitat realitzada en aula.

L'activitat es realitza en anglès amb l'objectiu que l'alumne prengui contacte i faci ús de l'idioma.

El contingut de l'activitat es dividirà en dos grans blocs. El primer, un recorregut per la pràctica d'un munt de jocs de taula (parxís, enredos, cartes ...) amb la construcció d'alguns d'ells (tangram, mikado ...) i el segon, d'una manera lúdica i divertida l'aprenentatge de cançons de manera individual o amb grup i la posada en escena de les mateixes.