

# ESCOLA GARIGOT

## PROJECTE D'ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

Curs 2017-18

### CONTINGUT

<b>1. OBJECTIUS GENERALS</b> .....	<b>2</b>
<b>2. OBJECTIUS EDUCATIUS</b> .....	<b>2</b>
<b>3. TIPUS D'ACTIVITATS</b> .....	<b>3</b>
<b>4. ACTIVITATS EXTRAESCOLARS PROGRAMADES</b> .....	<b>3</b>
4.1. INFANTIL.....	3
4.2. PRIMÀRIA .....	3
<b>5. OBJECTIUS PER ACTIVITAT</b> .....	<b>4</b>
5.1. INICIACIÓ BALLET .....	4
5.2. PETITS ARTISTES .....	4
5.3. GIMNÀSTICA RÍTMICA (INICIACIÓ) .....	5
5.4. EL CIRC, LA MÀGIA I ELS PETITS ESPECIALISTES .....	5
5.5. TEATRE .....	6
5.6. HIP HOP .....	6
5.7. BREAKDANCE .....	6
5.8. HOUSE DANCE (PRIMÀRIA).....	7
5.9. BALL ACROBÀTIC (PRIMÀRIA).....	7
5.10. DIBUIX .....	8
5.11. LET'S MAKE.....	8
5.12. ROBÒTICA .....	9
5.13. ESTUDI ASSISTIT .....	9
5.14. SPEAKING IN ENGLISH .....	9
5.15. MASTERCHEF JUNIOR.....	10
5.16. PETITS EXPERIMENTS .....	10
5.17. ART ATTACK.....	10
5.18. PATINATGE LÍNEA.....	11
5.19. PATINATGE ARTÍSTIC.....	11
5.20. JUDO .....	11
5.21. FUTBOL SALA.....	12
5.22. BÀSQUET .....	12
5.23. MULTI ESPORTS.....	13
5.24. IOGA .....	13

## 1. OBJECTIUS GENERALS

Les activitats extraescolars estan definides pel Departament d'Educació com “aquelles adreçades a l'alumnat que faciliten la seva formació en aspectes educatius mitjançant activitats socials, culturals, educatives i del lleure, sense relació directa ni necessària amb l'activitat pròpiament escolar. Es desenvolupen en horari extraescolar i es programen per als dies lectius del curs escolar”. Per tant, tenen una funció social i els objectius a aconseguir són:

- Assegurar l'atenció i protecció als infants en l'horari no lectiu mentre les famílies no se'n pugui fer càrrec
- Proporcionar als infants unes oportunitats educatives diferents i complementàries a les que ofereix l'educació formal
- Esdevenir una eina de compensació de les desigualtats socials, culturals i econòmiques quan s'escaigui

## 2. OBJECTIUS EDUCATIUS

Les activitats extraescolars no són només una estona de diversió, també comporta:

- Fomentar activitats concretes: Balls, música, esports (a nivell lúdic) i teatre
- Oferir espais de lleure, complementant les activitats lectives amb altres no lectives
- Potenciar els esports de grup
- Incidir en l'educació dels valors, actituds i hàbits, l'auto acceptació, saber guanyar i perdre, creativitat
- Promoure l'autonomia, la socialització i la participació educant en un sentit global i integrador

Especial atenció a la diversitat: Dintre de les activitats extraescolars programades té cabuda tot l'alumnat de l'escola, cadascú amb les seves diferències. En quant a les diferències culturals, la nostre escola té un percentatge molt gran de persones d'altres països i aconseguir una bona convivència i harmonia entre tots ja és educar i afavorir la diversitat. Els monitors tenen formació per aportar valors d'acceptació i de valoració de la diversitat.

### **3. TIPUS D'ACTIVITATS**

Oferim tres tipus d'activitats extraescolars: les lúdiques i artístiques, les esportives i les d'estudi.

Les activitats lúdiques i artístiques “són activitats que potencien el gust per l'estètica, la creativitat, la reflexió i les ganes de superació (teatre, música, plàstica, dansa...)”.

Les activitats esportives desenvolupem molts valors i hàbits com la participació, el treball en equip, l'autoconfiança, l'empatia o el coneixement dels companys i l'esforç, Fugint d'altres valors més negatius com la competitivitat, l'agressivitat i la violència.

Les activitats d'estudi són activitats de suport a l'aprenentatge escolar.

### **4. ACTIVITATS EXTRAESCOLARS PROGRAMADES**

És per això que el projecte d'Activitats Extraescolars que presentem és una concreció del projecte general i la programació de les activitats mencionades per a aquest curs.

#### **4.1.      *INFANTIL***

- Iniciació al ballet
- Teatre
- Petits artistes
- Ioga, (impartit per monitor de Carles Claramunt)
- Gimnàstica rítmica
- Judo
- Multiesports
- Dibuix
- Hip hop
- Patinatge
- Petits especialistes (circ i màgia)

#### **4.2.      *PRIMÀRIA***

- Balls acrobàtic
- Futbol Sala

- Basquet
- Judo
- Break Dance
- House Dance
- Dibuix
- Estudi Assistit
- Ioga, (impartit per monitor de Carles Claramunt)
- Robòtica
- Let's Make
- Petits experiments
- Speaking in English
- Teatre
- Art Attack
- Patinatge línia
- Patinatge artístic
- Anglès Kids&US, (gestionat per la mateixa acadèmia)

## **5. OBJECTIUS PER ACTIVITAT**

### **5.1. INICIACIÓ BALLET**

- Treballar especialment la psicomotricitat
- Aprendre dia a dia els passos bàsics
- Conèixer el ritme i la música
- Treballar la coordinació del cos
- Adaptar una actitud adequada a la classe sense molestar als companys.

### **5.2. PETITS ARTISTES**

- Desenvolupar activitats psicomotrius i sensorials amb el cos, les mans, els sentits...
- Treballar la creativitat. Plantejar-se problemes, buscar solucions, inventar noves maneres de fer, imaginar i dissenyar el que es vol aconseguir.
- Fomentar la sociabilitat i la vida en grup. Organització i repartiment de la feina, conservació local, estalvi del material, acostumar-se a rendiments diferents.
- Interrelacionar amb el medi que els envolta mentre coneixen, observen, manipulen i transformen diferents materials.

- Els moviments de ball
- Passar una estona divertida aprenent

### **5.3. GIMNÀSTICA RÍTMICA (iniciació)**

- Desenvolupar habilitats com força, potència, flexibilitat, agilitat i destresa
- Connectar el cos i la ment
- Desenvolupar l'expressió corporal

#### Programació:

- Joc trenca-gel i exercicis d'escalfament al començament de totes les classes
- Moviments bàsics
- Tècniques: salt, equilibris, flexibilitat, girs i ones
- Expressió corporal
- Coordinació amb la música
- Maneig d'aparells
- Estiraments al final de totes les classes

### **5.4. EL CIRC, LA MÀGIA I ELS PETITS ESPECIALISTES**

Distribuirem durant el curs aquestes tres activitats.

#### **El circ**

Ens endinsarem en el món del circ i l'espectacle. Treballarem les activitats tradicionals del circ: malabars, xanques, globoflèxia. També realitzarem "clown", que consistirà en què els nens aprenguin a expressar-se i treure la seva part més còmica i graciosa, treballant al mateix temps la confiança i treure la por escènica.

#### **La màgia**

La màgia sempre ha sigut un misteri i amb aquesta activitat farem créixer la il·lusió dels nens. Farem que siguin veritables mags i magues, sent ells i elles els/les protagonistes.

#### **Petits especialistes**

En aquesta activitat la principal eina de treball serà el propi cos. Per tant, treballarem en gran mesura la psicomotricitat.

Els hi ensenyarem a realitzar salts, girs i acrobàcies bàsiques. Farem conscient als nens del potencial de les seves capacitats com l'equilibri, la flexibilitat, l'elasticitat i la força.

### **5.5. TEATRE**

- Aprendre mitjançant el joc
- Crear un grup per a desenvolupar la comunicació i la imaginació mitjançant jocs, interpretació de contes i salutacions diverses proposades pel monitor
- Conèixer el seu propi cos i aprendre a controlar-lo mitjançant jocs que impliquen certa mobilitat i agilitat del cos (desenvolupament psicomotriu)
- Aprendre a expressar-se corporal i verbalment sense cap tipus de pudor
- Desenvolupar la seva concentració i responsabilitat amb els altres companys
- Aconseguir que els nens passin una bona estona i que aprenguin jugant

### **5.6. HIP HOP**

- Potenciar la creativitat
- Assolir un nivell de ball acord a l'edat
- Aprendre a treballar en grup sense conflictes i respectar les idees dels altres companys
- Reconèixer la dansa urbana no només com un tipus de balls sinó amb un mètode d'expressió
- Distingir sons i discriminar-los, captar l'atenció i concentració
- Desenvolupar l'afectivitat, la socialització i l'autocontrol
- Aprendre a respectar les normes que comporta el joc social
- Enriquir la capacitat comunicativa dels nens
- Millorar la capacitat d'escoltar
- Coordinar diversos moviments
- Aconseguir crear les seves pròpies coreografies dintre d'aquest estil

### **5.7. BREAKDANCE**

- El breakdance és un tipus de dansa urbana que permet comunicar-nos mitjançant el moviment del propi cos seguint un acompanyament musical
- Facilita el desenvolupament de la creativitat i la imaginació
- Fer possible la cooperació amb els altres

## **5.8. HOUSE DANCE (primària)**

### Objectius:

- Desenvolupar el sentit del ritme
- Sentir goig i alegria
- Desenvolupar la consciència corporal
- Guanyar confiança amb un mateix

### Programació:

- Joc trenca-gel i escalfament al començament de cada classe
- Moviments i combinacions bàsiques de House
- Ritmes bàsics de House
- Tècniques: jacking, footworking i lofting
- L'energia al ball
- Creativitat, improvisació i estil
- Cercles de ball
- Coreografies
- Estiraments al final de cada classe

## **5.9. BALL ACROBÀTIC (primària)**

### Objectius:

- Desenvolupar habilitats com força, potència, flexibilitat, agilitat, destresa i resistència
- Guanyar consciència corporal
- Enfortir la confiança en un mateix

### Programació:

- Joc trenca-gel i escalfament al començament de cada classe
- Exercicis físics, salts, equilibris
- Acrobàcies bàsiques
- Circuits de rendiment
- Reptes i proves d'agilitat
- Jocs interactius-Jocs de ritme
- Creativitat i estil
- Estadístiques de evolució personal
- Estiraments al final de cada classe

### **5.10. DIBUIX**

- Familiaritzar als infants amb l'ús de l'expressió artística, per així poder desenvolupar la seva creativitat i estimular la comprensió de les seves necessitats expressives
- Compartir una experiència que ajudi a la comunicació, sensibilització i la capacitat de concentració
- Fer-ho en un ambient divertit, distès i en el que els nens sentin la llibertat de poder fer allò que més els hi agradi respectant el propi procés cognitiu i creatiu
- Començar a introduir-los d'una manera molt senzilla el propi llenguatge artístic tot creant nocions dels materials i les paraules
- Aprendre a tenir certa autosuficiència a l'hora d'emprendre un projecte nou. Què cull fer? Com començo a fer-ho?.

### **5.11. LET'S MAKE**

- Fomentar la curiositat, la voluntat de conèixer i l'esperit creatiu als estudiants de primària i a les seves famílies.
- Apropar la tecnologia i la fabricació digital al ensenyament públic i fer conèixer els espais on ja hi és present.
- Dotar a les escoles de recursos educatius mitjançant la fabricació digital. (Jocs educatius, activitats digitals i material de suport divers).
- Donar a conèixer el "pensament de disseny" i l'actitud "maker" als estudiants i les famílies així com el moviment "Do it yourself".
- Apropar a la ciutat de Castelldefels al concepte "smart city" mitjançant activitats locals que tenen repercussions globals.
- Els valors en els que es fonamenta l'activitat són:
  - o **La co-creació** : El treball en equip i la capacitat de trobar un espai on els estudiants afrontin reptes comuns és fonamental pel desenvolupament social.
  - o **L'aprenentatge** : Portar a terme l'activitat en un entorn educatiu és clau, tenint com a base l' "aprendre mentre fem", que permet a l'alumne experimentar i expressar-se lliurement sense la necessitat de buscar una única solució imposada per el docent.
  - o **L'emprenedoria** : Cada dia és més present el concepte "Fes-ho tu mateix", més conegut com a "Do it yourself", un dels pilars de la fabricació digital. Fomentar un esperit emprenedor als alumnes,



enderrocar la por al fracàs i aprendre dels errors és també una clau del projecte.

- **La innovació** : La originalitat es necessària dins el món educatiu, actualment no es valora el diferent, sinó la perfecció de la igualtat, és per això que educar envers aquesta necessitat de fomentar el pensament lliure és quelcom indispensable en un procés creatiu.

### **5.12. ROBÒTICA**

- Familiaritzar-se amb el robot i els seus components programables com són: Els 2 motors grans i el mitjà, el sensor de llum i colors, el sensor ultrasònic, el sensor de tacte
- També aprendrem a utilitzar-los per tal d'aconseguir que el robot realitzi un repte en un petit circuit dissenyat per ells mateixos
- El propòsit és que a partir del repte aprenguin a buscar idees, desenvolupar-les, provar-les i rectificar-les, per tal d'aconseguir l'objectiu
- Ho faran en grup i per tant s'hauran de comunicar i cooperar

### **5.13. ESTUDI ASSISTIT**

- Aportar als alumnes instruments que els permetin desenvolupar autonomia i hàbits d'estudi per a treure el màxim rendiment possible al seu esforç.
- És fonamental dur a terme aquesta tasca en un ambient d'ordre i silenci, en definitiva, sense altres eines que els puguin distreure tals com la família, ordinadors, telèfons mòbils. En definitiva "poder estudiar"

### **5.14. SPEAKING IN ENGLISH**

- Durant les sessions d'agilitat oral en llengua anglesa practicarem la parla i expressió en anglès
- Els nens i nenes desenvoluparan la construcció d'oracions i augmentaran el seu vocabulari per tal de poder expressar i compartir idees
- En funció del nivell i edat, també aprendran a conversar amb certa fluïdesa en temps present, passat i futur, així com debatre i compartir opinions
- Durant el curs realitzarem diferents jocs, dinàmiques i activitats que treballaran diferents aspectes de la llengua. A la primera etapa realitzarem activitats que permetin als nens i nenes adquirir eines i vocabulari, així com una correcta

pronunciació del idioma. A mesura que avanci el curs anirem introduint activitats de descripció, creativitat, comparació, joc de rols i teatre, etc.

- Durant l'última etapa, els nens i nenes més grans realitzaran debats sobre diversos temes escollits entre tots, dinamitzades de manera que es fomenti la participació de tothom

### **5.15. MASTERCHEF JUNIOR**

- Promoure hàbits alimentaris saludables
- Fer ús d'aliments variats
- Elaborar receptes saludables i sanes
- Gaudir mentre es cuina
- Divertir-se durant l'elaboració del plat
- Ajudar-se entre ells mateixos en moments de dificultat
- Fer una bona valoració del plat
- Adquirir certs hàbits
- Rentar-se les mans sempre que comencem i acabem de cuinar un plat
- Fer un ús responsable dels aliments i estris de cuina

### **5.16. PETITS EXPERIMENTS**

En aquesta activitat el que es pretén aconseguir és que, els més petits, puguin convertir-se en veritables científics i científiques i convertir l'aula en un petit laboratori.

Els nens i nenes treballaran amb diferents eines i materials, sabran l'explicació de cada experiment i aprendran a tenir cura i responsabilitat de la seva feina, de la feina dels demes i dels materials i instruments.

Crearan un petit llibret científic on anotaran els elements necessaris, el procediment i l'explicació de tots els experiments realitzats durant el curs.

Encara que la finalitat principal d'aquesta activitat és que s'ho passin bé i es diverteixin.

### **5.17. ART ATTACK**

Els objectius d'aquesta activitat serà desenvolupar les habilitats manuals amb els diversos materials, desenvolupar la creativitat i estimular la imaginació per potenciar l'auto expressió. Treballarem amb diferents tècniques i instruments. Realitzarem activitats individuals on cada nen i nena podrà expressar-se lliurement sense imposar

límits rígids i també realitzarem treballs en grup per treballar la cooperació entre companys. Treballarem la responsabilitat del material emprat per realitzar les activitats.

### **5.18. PATINATGE LÍNEA**

- Assolir l'equilibri sobre patins tant cap endavant com cap enrere, també la coordinació de braços i cames i el control del cos mentre es patina
- Saber jugar en equip i respectar als altres companys, per això es faran grups segons nivells i l'edat
- Aprendre a patinar tenint en compte la bona postura del cos i també a practicar un esport tan individual com col·lectiu.

### **5.19. PATINATGE ARTÍSTIC**

- Fomentar la cooperació i relació entre companys
- Fomentar el progrés de capacitats com equilibri, agilitat, coordinació, força, velocitat, flexibilitat...
- Aprendre a treballar en grup i de forma individual.

### **5.20. JUDO**

#### **Objectius generals:**

- Respecte per les normes de l'activitat
- Respecte pels professors, companys i material
- Tenir cura de la seva higiene personal i de l'ordre de les seves coses
- Aprendre a relacionar-se amb tot el grup sense cap mena de distinció
- Pràctica de diferents jocs i formes jugades amb aplicacions específiques al judo

#### **Objectius pre-judo (p4 i p5):**

- Coneixement i pràctica de patrons motrius generals aplicables al judo (desplaçaments, girs, salts...)
- Coneixement i pràctica de patrons motrius específics del judo (empènyer, traccionar, bolcar...)
- Resolució de situacions motrius específiques del judo sense dificultat (resolució de situacions controlades de lluita de 1x1)

- Desenvolupament dels diferents programes de cinturons de judo segons el nivell de cada alumne
- Iniciació a la competició (només alumnes de P5 i 1er de primària amb el consentiment de pares, alumne i professors)

#### **Objectius judo (1er a 6è):**

- Perfeccionament de patrons motrius generals i específics per a aquest esport
- Pràctica i resolució de situacions motrius de dificultat creixent amb o sense consignes i oposició
- Desenvolupament dels diferents programes de cinturons de judo segons el nivell de cada alumne.
- Petit treball d'iniciació al correcte desenvolupament de les capacitats físiques bàsiques.
- Iniciació a la competició (amb el consentiment de pares, alumne i professors).
- El material necessari per a la pràctica del judo és el judogui o kimono de judo. Durant les primeres sessions, si no es té judogui es podrà practicar amb un xandall

#### **5.21. FUTBOL SALA**

- Fomentar la pràctica esportiva en l'entorn de l'escola
- Consolidar l'esport com activitat fonamental dels alumnes durant el temps de lleure
- Participar en les activitats esportives organitzades en el nostre municipi i a la nostra comarca
- Fomentar els valors de l'esport (esforç, importància de grup, auto superació personal...)
- Assolir un bons hàbits per la pràctica de l'esport (roba esportiva adequada)
- Conèixer l'esport del futbol, mitjançant jocs especialment en els més petits
- Millorar les habilitats motrius bàsiques i específiques gràcies a l'esport

#### **5.22. BÀSQUET**

- Captar l'atenció de les participants a l'activitat esportiva mitjançant jocs i la pràctica del bàsquet
- Buscar la màxima cohesió de grup entenent les diferents edats que tindrà el grup

- Ensenyar cada dia alguna cosa nova. Generar el desig de tornar el proper dia
- Tenir molt clars els objectius esportius per augmentar la motivació, adequant-los a les diferents edats i nivells que tindrà el grup. Que siguin assolibles, ni massa fàcils ni massa difícils per no derivar en desmotivació o fracàs
- Metodològicament, potenciar l'atenció, l'esforç, l'autoconfiança i el rendiment per evitar la dispersió i l'actitud passiva dins del grup

### **5.23. MULTI ESPORTS**

- Fomentar la pràctica esportiva en l'entorn de l'escola
- Consolidar l'esport com activitat fonamental dels alumnes durant el temps de lleure
- Participar en les activitats esportives organitzades en el nostre municipi
- Fomentar els valors de l'esport (esforç, importància de grup, auto superació personal....)
- Assolir un bons hàbits per la pràctica de l'esport (roba esportiva adequada)
- Conèixer els esports futbol, handbol i bàsquet, així com d'altres no tan coneguts mitjançant jocs especialment en els més petits
- Millorar les habilitats motrius bàsiques i específiques gràcies a l'esport.

### **5.24. IOGA**

#### **Beneficis físics:**

- Desenvolupament i destresa dels músculs motors.
- Flexibilitat en les articulacions.
- Millora dels hàbits posturals de la columna vertebral.
- Massatge dels òrgans interns.
- Millora en els hàbits respiratoris.
- Estimulació de la circulació sanguínia.
- Agilitat i enteresa.
- Estirament i tonificació.
- Canalització de l'energia física.
- Recuperació i correcció de dolències físiques...

#### **Beneficis psicològics:**

- Calma i relaxament.
- Millora de l'autoestima.
- Desenvolupament de l'atenció, memòria i concentració.

- Despertar de la creativitat i la imaginació
- Harmonització de la personalitat i el caràcter.
- Disminució dels nivells d'estrès, agressivitat, hiperactivitat.
- Perfeccionament dels sentits.
- Millorar la comunicació interpersonal.
- Fomentar el sentit i la importància de treballar en equip (tracte d'igual a igual)
- Millorar de la comprensió amb un mateix i interacció amb els altres...