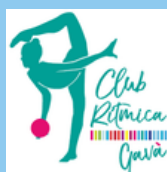




INFORMACIÓ ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS
16:00h a 17:15h	EXPRESSIÓ MUSICAL d'13 a 15	GIMNÀSTICA RÍTMICA d'13 a 15	PETITS ESPORTISTES d'13 a 15	PETITS ARTISTES d'13 a 15
	ARTS MARCIALS de 1r a 6è grups segons el nivell	ART ATTACK de 1r a 4t grups segons el nivell	MOU FITXA jocs estratègia de 1r a 6è grups segons el nivell	BÀSQUET* de 1r a 6è grups segons el nivell
	PATINATGE de 3è a 6è grups segons el nivell	VOLEIBOL* de 1r a 6è grups segons el nivell	FUTBOL SALA * de 1r a 6è grups segons el nivell	GIMNÀSTICA RÍTMICA de 1r a 6è grups segons el nivell
				PATINATGE de 15 a 2n grups segons el nivell

GIMNÀSTICA RÍTMICA
amb la col·laboració
del:



*Possibilitat de lliga tenint en compte el compromís per part de les famílies i la resposta dels estaments. Es durà a terme una reunió informativa a l'inici del curs.

Preus per activitat	Preu mensual
Petits Esportistes, Bàsquet , Futbol Sala, Voleibol	25,00 €
Patinatge, Petits Artistes, Art Attack	28,00 €
Gimnàstica Rítmica, Expressió Musical, Arts Marcials, Mou Fitxa	30,00€

INSCRIPCIONS A : WWW.PAIDO.ORG/INSCRIPCIONS-EXTRAESCOLARS

- www.paido.org - info@paido.org - 936378538



AFA
Institut
Escola
Gavà Mar

AFA INSTITUT ESCOLA GAVA MAR

CURS 2026 - 2027



INFORMACIÓ EXTRAESCOLARS

- **Calendari.** Les activitats extraescolars comencen el 14 de setembre i s'allarguen fins a l'inici de la jornada intensiva del mes de juny. Els alumnes d'13 començaran a l'octubre.
- **Jornada intensiva:** Durant la jornada intensiva del mes de juny hi haurà mini casalet. (No activitats extraescolars).
- **Compromís i baixes.** La realització de l'activitat comporta un compromís trimestral. En cas de voler donar-se de baixa, caldrà notificar-ho amb 15 dies d'antelació, abans de finalitzar el trimestre.
- **Cobrament.** El cobrament de les extraescolars es realitzarà de forma mensual (a incí de cada mes). La part proporcional de mes de juny (1 setmana) es cobrarà amb el rebut del mes de maig.
- **Devolució de rebuts.** La devolució d'un rebut tindrà un cost afegit de 8 € per rebut.
- **Impagaments.** Si un rebut no s'abona dins del termini establert (2 mesos), el participant no podrà continuar l'extraescolar.
- **Nombre mínim.** S'estableix un mínim de 8 alumnes per poder dur a terme l'activitat.
- **No socis de l'AFA.** Per als no socis de l'AFA, l'activitat té un cost addicional de 5 €/mes.
- **Recollida fins a 3r (inclòs).** Caldrà mostrar al monitor el carnet de recollida segura. Podeu generar-lo en aquest enllaç (és el mateix que el del curs anterior; si ja el teniu, no cal tornar-lo a demanar): <https://forms.gle/iBxufkiABUayC13K9>
- **Sortida dels més grans** (4t, 5è, 6è i ESO). Poden utilitzar el mètode anterior o bé omplir el següent enllaç per autoritzar que surtin sols del centre (igual que durant l'horari lectiu): <https://forms.gle/lzjFWFQujeZZLMc66>
- **Acollida.** Hi haurà servei d'acollida de 16 a 18h (en franges de 30min). tant de dies puntuals com fixes. Inscripció independent de les extraescolars. Els alumnes que no es recullin en finalitzar l'activitat extraescolar (17.15 h) passaran al servei d'acollida, amb un cost de 6 €/dia, que s'imputarà al rebut següent.
- **Comunicació.** La comunicació amb les famílies es farà a través de l'app Telfy. Un cop feta la inscripció, rebreu un enllaç per unir-vos al grup.

PATINATGE

DESCRIPCIÓ



L'activitat extraescolar de patinatge urbà és una activitat recreativa i esportiva que consisteix a lliscar sobre una superfície regular mitjançant l'ús d'uns patins. Recentment, és un esport que està molt de moda entre els joves i volem donar-los l'oportunitat d'aprendre la seva tècnica.

OBJECTIU



- Generar pautes de conducta i els recursos tècnics necessaris per al coneixement i exercici lúdic de la disciplina esportiva
- Desenvolupar habilitats i capacitats físiques.
- Desenvolupar esquemes motors, posturals i les destreses motrius.
- Fomentar el progrés de les capacitats i habilitats dels alumnes pel que fa al nivell inicial: equilibri, agilitat, coordinació...
- Gaudir de l'activitat del patinatge, mantenint relacions positives amb els companys i una actitud sana cap a l'esport.

METODOLOGIA

A l'extraescolar de patinatge s'emmotllen a cada grup d'edat i nivell, adequant-ne els continguts. Durant les primeres sessions ens centrem sobretot a conèixer els patins i el funcionament i en la coordinació i l'equilibri. A mesura que avanci el curs ens endinsarem al patinatge urbà com a tal.



MATERIAL

PETITS ESPORTISTES



DESCRIPCIÓ

Amb l'extraescolar iniciació a l'esport els més petits començaran a habitar-se a fer exercici d'una manera distesa i lúdica. No pararan de jugar aconseguint a cada exercici desenvolupar la capacitat psicomotriu, jugant tant a jocs moderns com a jocs de sempre. Aquesta activitat està plantejada per a nens i nenes de 3 a 6 anys i té com a objectiu fonamental desenvolupar la seva psicomotricitat a través de jocs i dinàmiques.

OBJECTIU

- Conèixer i practicar gran varietat de jocs i activitats lúdiques.
- Desenvolupar les habilitats bàsiques: córrer, saltar... així com les destreses bàsiques d'alguns esports.
- Fer conscient el nen del seu desenvolupament físic, dels seus avenços i millores, sobretot en coordinació i equilibri psicomotriu.
- Treballar valors grupals, com la cooperació i la companyonia.
- Afavorir el gust per l'esport i l'activitat física com a mitjà de gaudi del temps lliure.
- Millorar la coordinació dinàmica general.



METODOLOGIA

L'objectiu d'aquesta activitat extraescolar és fomentar el desenvolupament dels més petits a través de jocs tradicionals i moderns així com activitats preesportives. A cadascuna de les sessions es treballarà el desenvolupament psicomotor.

Utilitzant diversos materials com poden ser la comba, els cercols, pilotes de diferents tipus..., els nens i nenes es desenvoluparan físicament realitzant jocs i activitats que els permetin aprendre diverses disciplines bàsiques.



MATERIAL

PETITS ARTISTES

DESCRIPCIÓ

L'expressió plàstica és considerada una de les àrees fonamentals per al desenvolupament de la creativitat dels infants. Amb aquesta activitat aprenen a expressar-se i comunicar sentiments i emocions a través de l'art, desenvolupant capacitats cognitives, afectives, motrius i socials.

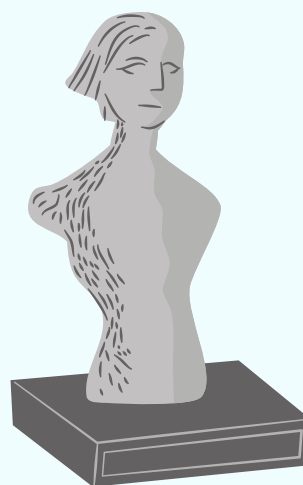


OBJECTIU

- Millorar la tècnica d'expressió artística en els diferents formats.
- Identificar i reconèixer dibuixos geomètrics en elements de l'entorn.
- Reconèixer les manifestacions artístiques més rellevants desenvolupant actituds de valoració, respecte, conservació.
- És una activitat summament plaent per a nens i adults, cosa que contribueix a una bona salut mental.
- Mantenir una actitud de cerca personal i col·lectiva, integrant la percepció, la imaginació, la sensibilitat, la indagació i la reflexió.
- Desenvolupar la imaginació fins a límits sorprenents.

METODOLOGIA

Tots els continguts de l'activitat extraescolar d'art aniran encaminats a treballar l'art, amb la realització de diferents treballs manuals, així com dibuixar, pintar, modelar; a diferents nivells proposats, tot desenvolupant tota la seva creativitat i talent. Els beneficis d'aquesta activitat extraescolar abunden, i no només perquè l'estimació de les arts plàstiques sigui una activitat molt associada a la cultura o a l'intel·lecte, sinó perquè ajuden a mantenir un estat anímic més relaxat i metòdic, ideal per als alumnes.





FUTBOL SALA

DESCRIPCIÓ

La importància de les activitats extraescolars esportives per portar un estil de vida saludable és cada cop més significativa, la qual cosa ens fa concloure que el futbol forma part d'una indiscutible llista d'esports més demanats pels alumnes de les escoles i els instituts per tal de promoure els hàbits més beneficiosos per la nostra salut.

OBJECTIU

- Aprendre i millorar els punts bàsics del futbol.
- Entendre el llenguatge tècnic de l'esport.
- Fomentar el treball en equip.
- Practicar i conèixer exercicis tècnics, tàctics i reglamentaris bàsics del futbol.
- Fomentar la preocupació i el respecte per l'ocupació adequada del material i les instal·lacions.



METODOLOGIA

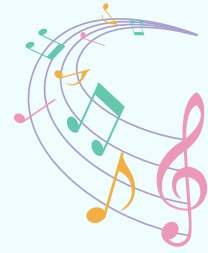
Treballarem continguts com la familiarització amb el futbol en general, els contactes, la conducció, les passades, el tir, la defensa o el desmarcatge, entre d'altres. A més, acomplirem una avaluació inicial a la primera sessió i una final a l'última, amb la intenció de comparar l'evolució adquirida per l'alumne al llarg del curs.



MATERIAL

*Possibilitat de lliga tenint en compte el compromís per part de les famílies i la resposta dels estaments. Es durà a terme una reunió informativa a l'inici de curs.

EXPRESSIÓ MUSICAL



DESCRIPCIÓ

Aquesta activitat va dirigida als alumnes que vulguin iniciar-se en la disciplina de l'expressió musical i desenvolupar les capacitats inicials necessàries per a una bona comunicació a través de la música. L'objectiu principal és fomentar la creativitat i l'apreciació musical mentre es desenvolupen habilitats tècniques i expressives. A continuació, us oferim la programació que el monitor desenvoluparà per aconseguir l'activitat, la qual està basada en aspectes pedagògics i adequada a l'edat dels alumnes.

OBJECTIU



- Generar pautes de conducta i els recursos tècnics necessaris per al coneixement i exercici lúdic de l'expressió musical.
- Desenvolupar habilitats i capacitats rítmiques, melòdiques i harmòniques.
- Fomentar la creativitat i la improvisació a través de la música.
- Millorar la coordinació, l'oïda musical i la sensibilitat artística.
- Gaudir de l'activitat musical, mantenint relacions positives amb els companys i una actitud sana cap a la música.

METODOLOGIA

Durant el curs, els alumnes tindran l'oportunitat de participar en diverses activitats com sessions de percussió, jocs rítmics, creació de melodies, i petites representacions musicals. Aquesta programació està dissenyada per fomentar un ambient d'aprenentatge divertit i motivador, on els alumnes puguin expressar-se lliurement i desenvolupar les seves habilitats musicals de manera natural i progressiva.



MATERIAL



VOLEIBOL

DESCRIPCIÓ

L'extraescolar de voleibol està destinada a fer que els nostres alumnes s'acostin al món de l'esport practicant-ne un de tan complet com aquest. Durant el curs coneixeran tant la tècnica i la normativa de l'esport com la part més pràctica d'entrenament. Paral·lelament durant totes les sessions farem exercicis per millorar la nostra forma física.



OBJECTIU

- Practicar els fonaments tecnicotàctics del voleibol.
- Realitzar amb un mínim de tècnica: passada de dits, d'avantbraços, servei des de dalt i baix, acabaments, bloquejos i tècniques defensives.
- Millorar l'habilitat de copejar una pilota amb certa precisió.
- Conèixer el reglament del voleibol, respectant les normes, l'equip rival i les decisions de l'àrbitre.
- Participar activament en situacions col·lectives de joc, amb independència del nivell assolit.
- Assumir les responsabilitats dins de l'equip i cooperar per aconseguir objectius comuns.
- Mostrar comportaments i actituds positives.
- Fomentar el treball en equip.

METODOLOGIA

Les extraescolars de voleibol estaran dividides en diferents sessions en què es treballaran les diferents disciplines necessàries per a la realització de l'activitat, partint d'allò més simple fins a arribar a allò més complex. Treballarem sobre exercicis específics centrats a aconseguir un objectiu concret a cada sessió: servei, rebut, rematada, defensa del camp, bloqueig i passada.



MATERIAL

*Possibilitat de lliga tenint en compte el compromís per part de les famílies i la resposta dels estaments. Es durà a terme una reunió informativa a l'inici de curs.

BÀSQUET

DESCRIPCIÓ



Amb l'activitat extraescolar de bàsquet fomentarem el desenvolupament de la concentració, rapidesa i equilibri, a més d'aprendre a treballar en equip.

A través de dinàmiques i jocs, aconseguirem inculcar en els nostres alumnes valors com la companyia i el respecte pel contrincant alhora que millorem la nostra tècnica en aquest esport tan complet.

OBJECTIU



- Desenvolupar les habilitats motores bàsiques.
- Desenvolupar el poder d'autocontrol.
- Millorar la coordinació dels infants des d'edats primerenques.
- Aprendre i millorar els punts bàsics del bàsquet.
- Entendre el llenguatge tècnic de l'esport.
- Aconseguir que el nen tingui el seu esport de referència.
- Fomentar el treball en equip.

METODOLOGIA

L'activitat extraescolar de bàsquet és un esport molt dinàmic en què cal entrenar diferents aspectes tècnics alhora que treballem també sobre la nostra forma física.

Els grups estaran dividits segons edat i experiència prèvia a l'esport. A cada sessió realitzarem tant jocs i dinàmiques d'escalfament com exercicis més específics amb què entrenarem aspectes com el bot, el tir, la passada... Aquests exercicis seran diferents en funció de l'objectiu de cada sessió.



MATERIAL

*Possibilitat de lliga tenint en compte el compromís per part de les famílies i la resposta dels estaments. Es durà a terme una reunió informativa a l'inici de curs.

GIMNÀSTICA RÍTMICA



DESCRIPCIÓ

Ensenyar l'activitat de gimnàstica rítmica tenint en compte els diferents aspectes del desenvolupament psicomotor, promovent la creativitat, l'expressió corporal, el ritme i la coordinació general, promovent alhora el treball en equip, la companyonia i el respecte pels altres.

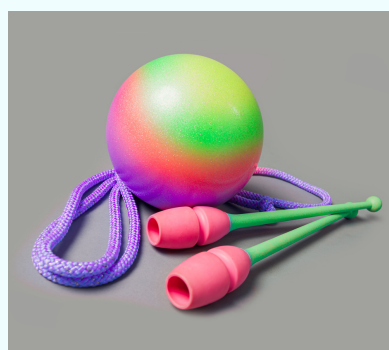
OBJECTIU



- Ensenyament en la manipulació d'elements
- Progressar/millorar la flexibilitat corporal.
- Ensenyament d'acrobàcies i diversos patrons motors que fan a la disciplina (saltos, girs, equilibris, etc).
- Aprenentatge de rutines coreogràfiques (individuals i grupals).
- Aprenentatge de mestratges (trucs amb elements d'autoria del mateix gimnasta).

METODOLOGIA

L'activitat gimnàstica rítmica que combinarà elements de ballet, gimnàstica, dansa i l'ús de diversos aparells com el cercol, la pilota, les maces i la cinta.



MATERIAL

MOU FITXA (JOCS D'ESTRATÈGIA)



DESCRIPCIÓ

Aquesta activitat està pensada perquè els infants de 6 a 12 anys desenvolupin el pensament estratègic, la lògica i la capacitat de resolució de problemes a través del joc. Mitjançant una gran varietat de jocs de taula i reptes d'estratègia adaptats a cada edat i nivell, els participants aprendran a planificar, prendre decisions, anticipar moviments i trobar solucions creatives davant de diferents situacions.

Els Jocs d'Estratègia ofereixen un espai on l'aprenentatge i la diversió van de la mà. A través de dinàmiques individuals i cooperatives, els infants potenciaran la concentració, la memòria, el raonament lògic, la paciència i el respecte per les normes, alhora que milloraran habilitats socials com la comunicació, el treball en equip i l'acceptació dels diferents punts de vista. Cada sessió planteja nous reptes que fomenten el pensament crític i l'autonomia, convertint el joc en una eina educativa motivadora i enriquidora.

OBJECTIU

- Desenvolupament del pensament lògic i estratègic.
- Presa de decisions i resolució de problemes.
- Concentració, planificació i memòria.
- Treball en equip i respecte per les normes.
- Adaptació de les activitats segons l'edat i el nivell de cada participant.
- Aprenentatge a través del joc i reptes progressius.
- Quan m'enviïs el text, te'l retorno ja adaptat i llest per incorporar al catàleg d'activitats extraescolars.

METODOLOGIA

- Presentació del joc i explicació de les seves normes, objectius i estratègies bàsiques.
- Partides individuals, en parelles o en petits grups, fomentant la participació activa i la presa de decisions.
- Reptes i situacions estratègiques per potenciar el raonament lògic, la planificació i la resolució de problemes.
- Dinàmiques cooperatives i competitives que afavoreixin el treball en equip, la comunicació, el respecte pels companys i el joc net.
- Espais de reflexió al final de cada sessió per compartir les estratègies utilitzades, analitzar les decisions preses i identificar nous aprenentatges que ajudin a afrontar futurs reptes.

ART ATTACK

DESCRIPCIÓ

L'expressió plàstica és considerada una de les àrees fonamentals per al desenvolupament de la creativitat dels infants. Amb aquesta activitat aprenen a expressar-se i comunicar sentiments i emocions a través de l'art, desenvolupant capacitats cognitives, afectives, motrius i socials.

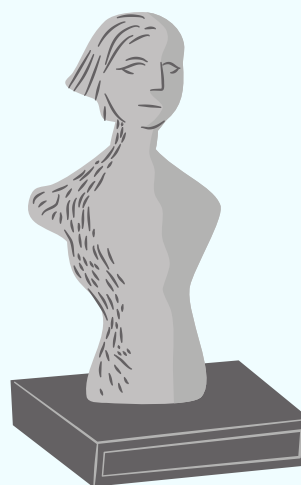


OBJECTIU

- Millorar la tècnica d'expressió artística en els diferents formats.
- Identificar i reconèixer dibuixos geomètrics en elements de l'entorn.
- Reconèixer les manifestacions artístiques més rellevants desenvolupant actituds de valoració, respecte, conservació.
- És una activitat summament plaent per a infants i adults, cosa que contribueix a una bona salut mental.
- Mantenir una actitud de cerca personal i col·lectiva, integrant la percepció, la imaginació, la sensibilitat, la indagació i la reflexió.
- Desenvolupar la imaginació fins a límits sorprenents.

METODOLOGIA

Tots els continguts de l'activitat extraescolar d'art aniran encaminats a treballar l'art, amb la realització de diferents treballs manuals, així com dibuixar, pintar, modelar; a diferents nivells proposats, tot desenvolupant tota la seva creativitat i talent. Els beneficis d'aquesta activitat extraescolar abunden, i no només perquè l'estimació de les arts plàstiques sigui una activitat molt associada a la cultura o a l'intel·lecte, sinó perquè ajuden a mantenir un estat anímic més relaxat i metòdic, ideal per als infants.



ARTS MARCIALS

DESCRIPCIÓ

L'extraescolar d'arts marcial es està orientada al desenvolupament físic, emocional i social, a través de l'aprenentatge de les diferents disciplines que formen les arts marcial. Així milloraran la seva coordinació física, disciplina, confiança i respecte amb les persones.

A més a més de l'aspecte físic, es treballaran valors com el companyerisme, perseverància i l'autocontrol.

OBJECTIU

Físics

- Millorar la coordinació motriu, l'equilibri, força i flexibilitat.
- Fomentar hàbits saludables a través de la pràctica esportiva regular.

Psicològics i emocionals:

- Promoure l'autoestima, la confiança i l'autocontrol emocional.
- Reforçar la concentració i la disciplina personal.

Socials i educatius:

- Desenvolupar el respecte pels companys, el treball en equip i la resolució pacífica de conflictes.
- Transmetre valors com la humilitat, l'esforç i la perseverància.



METODOLOGIA

A l'extraescolar d'arts marcial es treballa amb exercicis progressius i dinàmiques lúdiques adaptades a totes les edats, fomentant la disciplina, el respecte i l'autocontrol a un entorn no competitiu.



MATERIAL