



AFA ESCOLA EL GARROFER

CURS 2026 - 2027



INFORMACIÓ ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
De 16:30 a 17:30	PATINATGE 1r a 6è	INICIACIÓ AL BALL 14 i 15	FUTBOL SALA BENJAMÍ 3r i 4t	INICIACIÓ AL BALL 14 i 15	FUTBOL SALA BENJAMÍ 3r i 4t
	GIMNÀSTICA RÍTMICA 1r a 6è	FUTBOL SALA PROMESES 14 i 15	FUTBOL SALA ALEVÍ 5è i 6è	FUTBOL SALA PROMESES 14 i 15	FUTBOL SALA ALEVÍ 5è i 6è
		FUTBOL SALA PREBENJAMÍ 1r i 2n	VOLEIBOL 3r a 6è	FUTBOL SALA PREBENJAMÍ 1r i 2n	BEISBOL 3r a 6è
		HIP HOP 1r a 3r	DANCE WORLD 4t a 6è	HIP HOP 1r a 3r	DANCE WORLD 4t a 6è
		MULTIESPORT 13, 14 i 15			

Activitat	Preu mensual 1 dia/ setmana	Preu mensual 2 dies/ setmana
PATINATGE, GIMNÀSTICA RÍTMICA, VOLEIBOL, BEISBOL, MULTIESPORT	20,00 €	-
INICIACIÓ AL BALL, HIP HOP, DANCE WORLD I FUTBOL SALA PROMESES	-	30,00 €
FUTBOL SALA PREBENJAMÍ, BENJAMÍ I ALEVÍ	-	32,00 €

INFORMACIÓ GENERAL:

• Requisit per participar:

És imprescindible ser soci/a de l'AFA per poder inscriure's a les activitats extraescolars.
Per fer-se soci/a, cal contactar amb l'AMPA al **691 105 475**.

• Calendari:

Les activitats s'iniciaran a l'**octubre** i finalitzaran la primera setmana de juny.

• Cobrament de rebuts:

El pagament es realitzarà **mensualment** mitjançant **domiciliació bancària**, durant els primers dies de cada mes.

No es faran devolucions parcials dels rebuts.

La part proporcional del mes de juny es cobrarà juntament amb el mes de maig.

En cas de baixa, aquesta s'haurà de comunicar **abans de final de mes** per evitar el cobrament del mes següent.

En cas de **rebut retornat**, es cobrarà un import addicional de **5 €** en concepte de **comissions bancàries**.

• Costos addicionals segons activitat:

Voleibol:

Participaran en una competició mensual amb altres centres educatius de Viladecans.

→ Cost addicional: 20 € pel curs, en concepte d'**assegurança esportiva**.

Futbol (prebenjamí, benjamí i aleví):

Disputaran aproximadament **21 partits** al llarg del curs 2026-2027.

Cost addicional: 20 €, també destinat a l'**assegurança esportiva**.

• Assegurança per a la resta d'activitats:

Totes les activitats extraescolars **que no participen en jocs escolars** tenen un cost addicional de **8,00 €** per l'**assegurança d'accidents** (pagament únic anual).

Aquest import es cobrarà juntament amb el rebut del mes d'**octubre**.

INSCRIPCIONS A [www.PAIDO.ORG](http://www.paido.org)

- www.paido.org - info@paido.org - 670646868

DANCE

DESCRIPCIÓ

Aquesta activitat va dirigida als alumnes que vulguin iniciar-se en la disciplina de l'balls moderns, i desenvolupar les capacitats necessàries per a una bona expressió a través del cos. Les classes fomentaran la creativitat, la coordinació i la confiança dels alumnes, a més de promoure un estil de vida actiu i saludable. Els professors adaptaran les coreografies i exercicis a les necessitats de cada grup.



OBJECTIU



- Proporcionar una base de diferents estils de balls moderns.
- Fomentar la creativitat i l'expressió a través dels moviments.
- Aprendre a seguir una coreografia en grup.
- Ésser capaç de seguir i reconèixer un ritme.
- Controlar la seva respiració.
- Identificar el cos com a element d'expressió i comunicació
- Promoure la socialització i el treball en equip.

METODOLOGIA

L'activitat es desenvoluparà amb exercicis corporals, jocs i coreografies que seran guiats pel monitor i que permetran que el nen inventi i gaudeixi durant la sessió i sobretot que puguin expressar-ho amb el seu cos.



MATERIAL

MULTIESPORT



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



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.



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.

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.

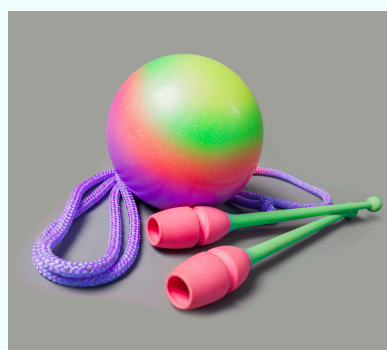
OBJECTIU



- 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

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