

# DOSSIER EXTRAESCOLARS CURS 2022-23

## ÍNDEX DE CONTINGUTS

<b>INFORMACIÓ GENERAL</b>	<b>1</b>
<b>BATUCADA</b>	<b>2</b>
<b>CÒMIC</b>	<b>3</b>
<b>DANSA</b>	<b>4</b>
<b>DIBUIX ARTÍSTIC</b>	<b>5</b>
<b>ESCALADA</b>	<b>6</b>
<b>IOGA</b>	<b>7</b>
<b>INICIACIÓ A L'HANDBOL / HANDBOL</b>	<b>8</b>
<b>JUDO</b>	<b>10</b>
<b>NATACIÓ</b>	<b>11</b>
<b>TEATRE MUSICAL</b>	<b>12</b>
<b>GRAELLA D'ACTIVITATS EXTRAESCOLARS</b>	<b>13</b>
GRAELLA P4-P5	13
GRAELLA 1r-2n	13
GRAELLA 3r-4t	14
GRAELLA ADULTS	14

## INFORMACIÓ GENERAL

---

- En aquest dossier trobareu totes les activitats que s'ofereixen dins de l'horari d'extraescolars, de dilluns a dijous. Esperem que siguin del vostre interès i us animeu a participar-hi.
- Aquest dossier **no inclou** els preus de les activitats, també pendents de confirmació. Els preus correspondran a la tarifa trimestral. No es retornaran els diners per baixes definitives durant el trimestre.
- El calendari d'inscripcions per al primer trimestre està previst per a principis de setembre, us informarem amb antelació. Els infants inscrits a una activitat durant el curs 2021-22 tindran prioritat per renovar la plaça per al curs 2022-23.
- Les activitats s'oferten a partir de P4 i fins a 4t. Trobareu la relació de grups a la informació de cadascuna, així com a la graella.
- Per al curs 2022-23, les **activitats esportives estan homologades per a Primària** i les famílies podreu demanar beques. Us comunicarem els terminis quan rebem la informació de l'Ajuntament. Les activitats incloses en aquesta homologació són handbol, judo, ioga, dansa, natació i escalada.

# BATUCADA

---

**PROVEÏDOR:** [SolRe Percussió](#)

**HORARI:**

- Alumnat d'Infantil: Dimarts de 17.30h. a 18.30h.
- Alumnat de Primària: Dijous de 17.30h. a 18.30h.
- Adultes: Dijous de 18.30h. a 19.30h.

**DIRIGIDA ALS INFANTS DE:** A partir de P4 i persones adultes.

**ESPAI:** Escola

**CONTINGUT DE L'ACTIVITAT:**

- PROPOSTA PER A L'ALUMNAT D'INFANTIL:

Té com a objectiu estimular el desenvolupament dels infants dins d'un entorn musical, un inici a la música per introduir progressivament, a través de l'experimentació, als infants en els ritmes, amb tambors i materials adaptats a la seva edat.

- PROPOSTA PER A L'ALUMNAT DE PRIMÀRIA:

Activitat que pretén acostar la percussió als infants amb el propòsit de formar un grup de percussió de la mateixa escola. Els infants aprendran a interpretar i tocar diferents temes, amb moviments i coreografies incloses, a través d'una activitat lúdica, respectant el ritme de cada persona.

- PROPOSTA PER A PERSONES ADULTES:

Adreçada als familiars que s'animin a participar d'un espai setmanal per afavorir la vinculació entre famílies i escola, aprenent els mateixos ritmes que els infants, donant l'oportunitat de practicar a casa i ajudar-se mútuament.

**MATERIAL:** SolRe Percussió posa a disposició del grup els instruments i material necessari per realitzar l'activitat, per la qual cosa les i els participants únicament hauran d'adquirir les baquetes.

# CÒMIC

---

**PROVEÏDOR:** [Eixos Creativa](#)

**HORARI:** Dijous de 16.30h a 17.30h.

**DIRIGIDA ALS INFANTS DE:** 3r i 4t de Primària

**ESPAI:** Escola

## **CONTINGUT DE L'ACTIVITAT:**

El còmic és una disciplina que abraça tant el desenvolupament d'habilitats plàstiques com narratives. D'una banda, s'aprendran tècniques d'il·lustració, utilitzant diferents eines, materials i papers. D'altra banda, es potenciarà la imaginació i l'expressió de les idees, creant personatges, ambients, situacions... Els tallers de còmic s'adaptaran al nivell de dibuix de cada alumne/a, de manera que qualsevol podrà seguir la dinàmica, encara que comenci amb un nivell molt bàsic.

Els principals continguts que es treballaran són:

- Iniciació a la il·lustració: creació de personatges.
- Dibuix imaginant i pensant.
- Color (cercle cromàtic).
- Tècniques de color.
- Aproximació al còmic: creació/adaptació d'una història en format de còmic. Disseny i creació de personatges; dibuix i color; disseny i creació de l'escenari, fons i entorn de la història. Desenvolupament final de la història. Escenes.

# DANSA

---

**PROVEÏDOR:** [Aules](#)

**HORARI:** Dimecres 16.30 a 17.30h.

**DIRIGIDA ALS INFANTS DE:** A partir de P4

**ESPAI:** Escola

## **CONTINGUT DE L'ACTIVITAT:**

- INICIACIÓ A LA DANSA (P4-P5)

Aquest curs proposa una iniciació al món de la dansa on mitjançant exercicis de coordinació, musicalitat i ritme els infants aprenen a expressar-se amb el moviment, a escoltar la música i a guanyar consciència del seu cos i de l'espai que els envolta. Conforme els infants van avançant es reafirmen els continguts, ampliant els coneixements i iniciant-los en diferents estils, com la dansa jazz i contemporània. Es treballa la dansa creativa, coordinació, relació amb l'espai, musicalitat i imaginari amb pautes musicals.

- DANSA JAZZ (1r-2n)

S'inicia la tècnica en el control del cos i la coordinació, amb treball de ritme i musicalitat. Al llarg del curs es treballen diferents estils, amb influències del musical, dansa moderna, funky,... a través de diferents exercicis, diagonals i propostes coreogràfiques.

- STREET JAZZ (3r-4t)

Estil de dansa basat en tècnica jazz moderna i influències de dansa urbana. Es treballa la coordinació, el ritme i l'estil. La classe constarà d'una part de treball de centre, diagonals i condicionament físic, i una segona part de treball de moviment i estil a través de propostes coreogràfiques amb elements propis de la dansa urbana. Musicalment es treballen les bases del pop. funk i hip-hop.

# DIBUIX ARTÍSTIC

---

**PROVEÏDOR:** [Eixos Creativa](#)

**HORARI:** Dimarts de 16.30 a 17.30h.

**DIRIGIDA ALS INFANTS DE:** A partir de P4

**ESPAI:** Escola

## **CONTINGUT DE L'ACTIVITAT:**

Aquest activitat acompanyarà els infants en el seu desenvolupament cognitiu i psicomotriu, a través de l'observació i la representació mitjançant el dibuix. Es posaran a l'abast dels nens i les nenes les eines necessàries amb la intenció de què puguin assolir els seus propòsits amb satisfacció. S'educarà la vista, començant a estudiar les formes esquemàtiques dels objectes quotidians, fent ús de diferents tècniques pictòriques (grafit, tècniques humides o tècniques seques), el tipus de traç o l'ús de les llums i les ombres. Es faran bodegons, s'aprendrà a simplificar allò que es vol dibuixar a partir de les formes geomètriques, es practicarà el retrat, l'autoretrat, es descobriran trucs per dibuixar animals i paisatges i, sobretot, es fomentarà i s'acompanyarà l'alumnat en el desenvolupament de la seva creativitat.

- **PROPOSTA PER A L'ALUMNAT D'INFANTIL**

A través de l'experimentació lliure, l'alumnat anirà descobrint els secrets del dibuix i la pintura. La distribució del programa no serà lineal, sinó que a cada sessió es treballaran diferents aspectes i dinàmiques. Es practicarà la grafomotricitat, s'experimentarà amb diferents tècniques plàstiques (estampació, collage, etc), es farà iniciació en el dibuix de la figura humana i les expressions emocionals i manualitats.

- **PROPOSTA PER A L'ALUMNAT DE PRIMÀRIA:**

S'educarà la vista començant a estudiar les formes esquemàtiques dels objectes d'ús comú que es tinguin a l'abast. Es farà servir el llapis dur i tou. Es practicaran diferents tipus de traç i es treballaran llums i ombres. Es faran exercicis diversos amb objectes quotidians i formes geomètriques. Es dibuixaran bodegons, composicions, formes humanes, animals i paisatges. Es treballaran els colors.

## ESCALADA

---

**PROVEÏDOR:** [Bloc District](#)

**HORARI:** Dimarts 16.30 a 17.50h.

**DIRIGIDA ALS INFANTS DE:** Primària

**ESPAI:** Bloc District, situat al carrer Zamora, número 96. El monitoratge acompanyarà l'alumnat al local des de l'escola. Les famílies hauran d'anar a recollir els infants al rocòdrom.

### **CONTINGUT DE L'ACTIVITAT:**

A la zona infantil del local, mitjançant jocs i exercicis específics, els infants de Primària aniran progressant i manipulant els materials. S'afavorirà el desenvolupament motriu, la coordinació, la lateralitat, la flexibilitat i l'equilibri.

Es treballarà el creixement emocional a través del foment de l'autosuperació i l'esforç per assolir diferents objectius.

**MATERIAL:** Els infants hauran de portar peus de gat i magnesi en pols.

# IOGA

---

**PROVEÏDOR:** BabyYogui

**HORARI:**

- Alumnat d'Infantil: dimarts de 16.30 a 17.30 h.
- Alumnat de Primària: dilluns de 16.30 a 17.30 h.

**DIRIGIDA ALS INFANTS DE:** A partir de P4

**ESPAI:** Escola

**CONTINGUT DE L'ACTIVITAT:**

A les classes de ioga l'ambient és relaxat i els exercicis es van adaptant a cada infant i a cada moment.

Tot i així, l'ordre establert en una sessió de ioga és el següent:

- Es comencen cantant cançons que s'acompanyen amb moviments de les mans.
- Després es fan exercicis de respiració.
- Tot seguit, es practiquen postures de ioga (amb fitxes il.lustrades d'animals) i jocs adaptats.
- A continuació, es fa una petita relaxació (a través d'un conte i/o música).
- I, ja per últim, es pinten mandales que els infants s'emporten a casa.

Es treballa l'equilibri, la concentració, la força i la respiració. En conseqüència, és a través de la pràctica de postures i exercicis respiratoris, i dins d'un espai de confiança, on les nenes i els nens es diverteixen, es relaxen, respiren amb més consciència, milloren la flexibilitat, enforteixen l'esquena, milloren la concentració, l'autopercepció, etc. Cada infant fa un treball personal, on segueix el seu propi ritme i on es respecten les diferències sense competició.

# INICIACIÓ A L'HANDBOL / HANDBOL

---

**PROVEÏDOR:** [Club Handbol Poblenou](#)

**HORARI:**

- Alumnat de P4 a 2n: Dilluns de 16:30 a 17:30 h i/o Dimecres 16:30 a 17:30 h (es pot escollir fer 1 o 2 dies).
- Alumnat de 3r i 4t: Dilluns de 16:30 a 18:00 h i/o Dimecres 16:30 a 18:00 h (es pot escollir fer 1 o 2 dies).

**DIRIGIDA ALS INFANTS DE:** A partir de P4

**ESPAI:** Pati de l'escola

**CONTINGUT DE L'ACTIVATAT:**

- INICIACIÓ A L'HANDBOL (P4-P5)

La iniciació a l'handbol consisteix en sessions dividides en dues parts: una primera part dedicada a la iniciació esportiva amb tots els seus elements motrius propis, com desplaçaments, girs, habilitats motrius fines, així com jocs tradicionals o jocs que busquen reproduir algun element propi d'un esport individual o d'equip. L'eina vehicular per al desenvolupament motriu i emocional dels infants sempre serà la col·laboració i el joc. D'altra banda, la segona part de la sessió, més enfocada a un esport col·lectiu com és l'handbol, estarà centrada en la realització de jocs i activitats que busquen reproduir des d'una vessant lúdica elements propis de l'handbol, tant tècnics com tàctics, sense deixar de banda la missió de què els infants gaudeixin en tot moment.

- HANDBOL (Primària)

L'alumnat de Primària farà minihandbol. El minihandbol ha permès adaptar l'esport de l'handbol als infants i al medi escolar. Les dimensions del camp, la porteria i la pilota han disminuït i altres regles bàsiques com la possessió de la pilota a les mans (5 segons), la distribució del temps de joc (4 parts de 10'), l'obligatorietat de fer canvis, la disminució a 5 jugadors/es, etc., permeten que els menuts/des el puguin jugar sense dificultats.

Es farà experimentació lliure d'habilitats motrius bàsiques: llançaments, passades, recepcions i desplaçaments. S'executaran bots estàtics i en moviment. Es realitzarà pràctica de llançaments a porteria i d'habilitat o punteria. S'aprendran regles bàsiques i camp de joc del minihandbol. Es fomentaran la participació activa, l'esforç i la capacitat d'autosuperació, així com el respecte envers les normes de joc i la col·laboració amb tots els companys i companyes.

A partir de 3er de Primària, hi ha la possibilitat de participar en competicions esportives del Consell de l'Esport Escolar de Barcelona (CEEB). Per a 1r i 2n de Primària, també es poden organitzar partits amb altres escoles del barri. Fins a 6è de Primària, tant els entrenaments com les competicions són mixtes.

Tots el monitoratge, tant per a la Iniciació a l'handbol com per a l'Handbol (minihandbol) són jugadors/es o ex-jugadors/es del Club Handbol Poblenou.

# JUDO

---

**PROVEÏDOR:** [Club de Judo BCN Nord](#)

**HORARI:**

- Alumnat de P4 i P5: Dijous de 16:30h a 17:30h.
- Alumnat de 1r i 2n: Dilluns de 16:30h a 17:30h.
- Alumnat de 3r i 4t: Dimarts de 16:30h a 18h.

**DIRIGIDA ALS INFANTS DE:** A partir de P4.

**ESPAI:** Escola

**CONTINGUT DE L'ACTIVITAT:**

El judo és un esport nascut al Japó a finals del s. XIX, de la mà de Jigoro Kano.

Literalment, judo significa camí de la suavitat. Kano pretenia proporcionar als infants un camí de vida, desenvolupant les tres dimensions de la persona: física, cognitiva i emocional.

Tenint en compte que la UNESCO va declarar el judo com a millor esport formatiu per a infants i joves de 4 a 21 anys, el Club de Judo Barcelona Nord presenta el seu projecte amb la intenció d'apropar aquest esport a les escoles, aprofitant i potenciant el desenvolupament físic, cognitiu i emocional que el judo ofereix als infants.

- ETAPA D'INTRODUCCIÓ (Per a alumnat de P4, P5, 1r i 2n de Primària)

Es realitzarà una sessió setmanal d'una hora de durada. Els objectius principals seran desenvolupar les habilitats motrius bàsiques, consolidar la lateralitat, afavorir la coordinació i fomentar l'estimulació cognitiva de l'infant. Altres objectius consistiran en assolir hàbits d'inclusió, responsabilitat i autonomia.

- ETAPA D'ASSOLIMENT (Per a alumnat de 3r i 4t de Primària)

Es realitzarà una sessió setmanal de noranta minuts de durada. Els objectius principals seran consolidar els objectius de l'etapa d'introducció (desenvolupar les habilitats motrius bàsiques, consolidar la lateralitat, afavorir la coordinació i fomentar l'estimulació cognitiva de l'infant), promoure la presa de decisions i l'autoconeixement.

Altres objectius consistiran a dotar l'alumnat d'una base tècnica adequada i augmentar el seu grau de compromís respecte l'esport.

**MATERIAL:** Els infants hauran de portar kimono.

# NATACIÓ

---

**PROVEÏDOR:** [Club Natació Barcelona](#)

**HORARI:** Dijous 16.30 a 18:45h.

**DIRIGIDA ALS INFANTS DE:** A partir de P4.

**ESPAI:** Club Natació Barcelona, situat al Passeig de Joan de Borbó, número 93.

(Traslats en autocar des de l'escola, anada i tornada).

## **CONTINGUT DE L'ACTIVITAT:**

S'adapten les classes al projecte educatiu de l'escola, de manera que la natació es tracta amb un estil més lúdic i d'aprenentatge, no fomentant-se la competitivitat.

Ràtio: 6/8 infants per monitor/a, aproximadament.

Es realitza una prova de nivell a l'inici del curs. Es creen grups de manera general en funció de l'edat, però si hi ha diferents nivells, es poden barrejar els infants.

Durant el curs es realitza:

- Una activitat lúdica al finalitzar els trimestres.
- Una jornada de portes obertes amb pares i mares.
- Una jornada de portes obertes banyant-se amb els infants (tercer trimestre).

Organització de l'activitat:

De 16.30 a 17.00 h. berenar lleuger a l'escola.

De 17 a 17.15 h. trasllat en autocar a la piscina.

De 17.15 a 17.30 h. vestuari.

De 17:30 a 18.15 h. activitat a la piscina.

De 18.15 a 18.30 h. vestuari.

De 18:30 a 18.45 h. trasllat en autocar a l'escola i recollida per part de les famílies.

# TEATRE MUSICAL

---

**PROVEÏDOR:** [Playteatre](#)

**HORARI:**

- Alumnat de P4 i P5: Dilluns de 16:30h a 17:30h.
- Alumnat de 1r a 4t: Dijous de 16:30h a 17:30h.

**DIRIGIDA ALS INFANTS DE:** A partir de P4

**ESPAI:** Escola

**CONTINGUT ACTIVITAT:**

Playteatre és la branca dedicada a la pedagogia d'arts escèniques de l'Associació La Reial. Des de La Reial Produccions creuen fermament que és bàsica la formació en arts escèniques, a totes les edats i nivells. L'equip docent de Playteatre és Llicenciat/Graduat Superior en Arts Escèniques, amb una àmplia experiència en pedagogia.

Aposten per un ensenyament motivador i inclusiu, que aculli totes les diversitats i les ajudi a créixer, on l'infant se senti part d'un grup que treballa i s'esforça per a millorar col·lectivament i que, alhora, es diverteixi en aquest procés creatiu.

Es planteja el teatre musical des de la perspectiva del joc i l'experiment teatral. Amb les diferents propostes, es potencia l'acció i el moviment, la coordinació, la creativitat, la desinhibició, la imaginació, el sentit de ritme i la musicalitat i el treball tan individual com en grup, a fi de posar en marxa cos i ment. L'infant, gràcies al moviment, es pot relacionar amb el seu entorn i, de manera progressiva, anar desenvolupant les seves habilitats corporals de comunicació i llenguatge, així com de convivència i de relacions socials.

Fent ús de la veu i petites coreografies creades entre la professora i l'alumnat, s'aprofundeix en històries de petit format, a fi que els infants experimentin diferents personatges.

## GRAELLA D'ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

---

### GRAELLA P4-P5

	Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous	
16.30-17.30	INICIACIÓ HANDBOL	TEATRE MUSICAL	DIBUIX	IOGA	INICIACIÓ HANDBOL	DANSA	JUDO	NATACIÓ (CNB)
17.30-18.30			BATUCADA					
18.30-18.45								

GRAELLA 1r-2n

	Dilluns			Dimarts		Dimecres		Dijous	
16.30-17.30	HANDBOL	JUDO	IOGA	DIBUIX	ESCALADA (Bloc District)	HANDBOL	DANSA	TEATRE MUSICAL	NATACIÓ (CNB)
17.30-18.30								BATUCADA	
18.30-18.45									

**GRAELLA 3r-4t**

	Dilluns		Dimarts			Dimecres		Dijous					
16.30-17.30	HANDBOL	IOGA	DIBUIX	JUDO	ESCALADA (Bloc District)	HANDBOL	DANSA	TEATRE MUSICAL	CÒMIC	NATACIÓ (CNB)			
17.30-18.30													BATUCADA
18.30-18.45													