

ESCOLA DE L'ESPORT CURS 21-22

1. ESCOLA ESPORT:

Horaris de l'activitat

Dilluns a Divendres de les 16:30 a les 18:30 hores.

Grups

La descripció inicial de les activitats que farà cada grup, pot variar en funció de les valoracions que fem els primers dies de l'activitat. Si observem que un grup encara no te consolidades les bases del nivell anterior caldria començar amb un menor grau d'exigència. Al mateix temps podem realitzar adaptacions individuals canviant algú/a nen/a puntualment de grup en el cas que sigui necessari.

A continuació hi ha una breu descripció del que caldria treballar amb cada grup segons l'etapa en la que es troben. (TEORICAMENT! Caldrà adaptar-ho després de veure el nivell inicial).

Grup 1 (P3 + P4) Monitor : Clàudia Esteba:

Exercicis i jocs que treballin el desenvolupament de la motricitat i la coordinació del/la nen/a.

ED. INFANTIL GRUP P3-P4

Esquema corporal

- Control tònic
- Consciència/imatge corporal
- Lateralitat
- Relacions espai-temps
- Control Postural

Habilitats motrius

- Desplaçaments
- Girs
- Equilibris
- Llançaments
- Recepcions

Actituds, valors i normes

Grup 2 (P5 + curs superiors) Monitora: Sandra Portillo

Iniciació esportiva. Mitjançant jocs i petits exercicis aplicats anem introduint als infants les pautes bàsiques dels diferents esports que practiquem, treballant a partir d'aquest els components de desenvolupament motriu del nen.

ED. PRIMÀRIA GRUP P5 + CURSOS SUPERIORS

Esquema Corporal:

- Control
- Consciència/imatge corporal
- relacions espai/temps

Habilitats motrius

- Desplaçament
- Recepcions
- Equilibris

Jocs i iniciació esportiva

- Jocs i maneres jugades
- Qualitats físiques bàsiques
- Iniciació esports d'aventura
- Iniciació esports individuals
- Iniciació esports col·lectius

ACTIVITATS ESPECIALS, EXCLUSIVA PELS ABONATS

Zumba kids: totes les edats (Monitora: Sandra Portillo)

Activitat dirigida a nens i nenes que els agrada ballar. Per la varietat de ritmes com per exemple salsa, rock and roll, etc, és una activitat idònia per treballar la motricitat.

Iniciació al Futbol totes les edats (Monitora: Clàudia Esteba)

Les sessions de futbol camp és un servei exclusiu pels abonats a l'escola esportiva i està obert a nens i nenes que vulguin iniciar-se al Fútbol.

L'objectiu fonamental serà la diversió mitjançant la pràctica esportiva del Fútbol, fomentant els valors com: Respecta, solidaritat, companyerisme, etc.

Alguns continguts que es treballarà:

- Control
- Llançaments
- Conducció
- Passades
- Recepció

Defensa Personal Infantil: (Professor: Junior Fernandes)

Les sessions de defensa personal infantil estan orientades a treballar l'autoconeixement i eines perquè puguin afrontar millor les situacions difícils tant a l'escola com en la vida quotidiana.

El nostre objectiu és ensenyar als infants d'una manera pedagògica i lúdica, recursos i tècniques d'autodefensa que els permetin defensar-se en situacions incòmodes, sense fomentar la violència.

Fem èmfasi a la disciplina, el control, respecte, companyerisme i la millora de l'autoestima.

Alguns continguts que es treballarà:

- Control cos-espai
- Immobilitzacions
- Flexibilitat
- Respecte
- Companyerisme
- Tècnica ataque-defensa

2. NORMATIVA D'ASSISTÈNCIA

Escola de l'esport (Dilluns a Divendres):

- Indumentària: Roba i calçat indicat per a la pràctica esportiva. Es pot portar en una maleta i canviar-se als vestidors del pavelló. El calçat haurà de ser d'ús EXCLUSIU per a la pista. **Recomanem portar-lo dins una caixa amb el nom el primer dia de l'activitat i deixar-lo ben guardat al magatzem del pavelló.** No es deixarà entrar ningú a la pista sense la utilització del calçat adequat.

Escola de l'esport:

- Recomanacions per als pares i mares:
 - 1- Recollida dels/les nens/es a **les hores en punt**. D'aquesta manera serà més fàcil per a tothom l'organització de les activitats. Si els veniu a buscar a mitja activitat no podran acabar-lo o seguir el ritme de la resta del grup.
 - 2- Notificar les possibles modificacions de la fulla d'inscripció: Si per algun motiu es deixa, o es comença, a fer alguna activitat com informàtica o anglès, cal avisar al monitor amb temps per tal de poder modificar les llistes i estar tots al cas del canvi.
 - 3- Recollida: En cas que vingui recollir el nen altra persona que no siguin els pares, important autoritzar la recollida alhora de realitzar la inscripció amb les dades de l'adult responsable a recollir el nen.
 - 4- Avisar el coordinador (Junior Fernandes) en cas que el nen NO pugui venir a l'escola de l'esport, a través de un whatsapp al **mòbil:687036779** o per **email: walteir@sportgest.com**

3. HORARI

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
16:30	Recollida escola	Recollida escola	Recollida escola	Recollida escola	Recollida escola
16:35	Passar llista	Passar llista	Passar llista	Passar llista	Passar llista
16:45h	Berenar	Berenar	Berenar	Berenar	Berenar
17h	Escola esport Zumba	Escola esport Futbol	Escola esport Zumba	Escola esport Futbol	Defensa Personal
18:30	Recollida	Recollida	Recollida	Recollida	Recollida

4. OBJECTIUS DE LES ACTIVITATS:

El nostre objectiu principal és treballar “els valors socials”. Creiem important treballar valors tal com: l’empatia, el respecte, la participació, la sinceritat, l’optimisme, la solidaritat, la superació, la responsabilitat, etc. Amb les activitats que planifiquem sempre hi hauran uns objectius i continguts específics. Però per nosaltres, és tant o més important treballar un objectiu específic, com aprendre amb l’ajuda de tots, a ser millors persones.