

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS ESCOLA ARRELS

ORGANITZA AE FS ARRELS
CURS 2024-2025



WWW.AEFSARRELS.CAT
AEFS.ARRELS@GMAIL.COM

Escola
Arrels ^{it}

INTRODUCCIÓ: Model educatiu, cultural i esportiu

L'Associació Esportiva Futbol Sala Arrels es va crear l'any 2002 i som experts en la gestió d'activitats extraescolars, tant culturals com esportives.

Entenem les activitats fetes fora de l'horari escolar, ja siguin esportives o culturals, com un espai on poder desenvolupar l'educació i el creixement integral dels infants i joves, tenint com a referent l'Ideari del Centre. És un marc privilegiat per a dur a terme l'adquisició d'actituds, hàbits i habilitats i, a més, ajuda a l'infant i jove a personalitzar-se i socialitzar-se.

Per dur a terme aquesta tasca educativa comptem amb plantilla de professionals (entrenadors, entrenadores, monitors i monitores) amb una àmplia experiència i formació, que s'apropen a l'alumne/a i l'escolten per ajudar-lo a guanyar en seguretat i autoestima.

El nostre objectiu és que cada família i infant pugueu fer la vostra tria, pensant en les vostres necessitats o les vostres preferències.

Esperem que trobeu, entre totes aquestes activitats que realitzem en un ambient familiar i amb un tracte personalitzat, les que siguin del vostre interès.

INFANTIL

- ACOLLIDA MATINAL
- ACOLLIDA TARDA
- DEIXA VOLAR LA CREATIVITAT
- ESCOLA D'IDIOMES ANGLÈS
- MULTIESPORT
- PSICOMOTRICITAT I JOCS
- TEATRE I DRAMATITZACIÓ
- MÚSICA I ACCIÓ
- FUTBOL SALA
- GIMNÀSTICA RÍTMICA
- PATINATGE ARTÍSTIC

PRIMÀRIA

- ACOLLIDA MATINAL
- ACOLLIDA TARDA
- DEIXA VOLAR LA CREATIVITAT
- DIBUIX I CÒMIC
- ROBÒTICA
- ESCACS
- ESCOLA D'IDIOMES ANGLÈS
- L'AVENTURA ÉS LA LECTURA
- MÚSICA I ACCIÓ
- JUGANT APRENC I EM SENTO FELIÇ
- MULTIESPORT
- PSICOMOTRICITAT I JOCS
- TEATRE I DRAMATITZACIÓ
- DANSES URBANES
- FUTBOL SALA
- GIMNÀSTICA RÍTMICA
- PATINATGE ARTÍSTIC
- VOLEIBOL

ESO

- DEIXA VOLAR LA CREATIVITAT
- DIBUIX I CÒMIC
- RÒBOTICA
- ESCACS
- ESCOLA D'IDIOMES ANGLÈS
- FUTBOL SALA
- GIMNÀSTICA RÍTMICA
- PATINATGE ARTÍSTIC
- VOLEIBOL

LES ACTIVITATS COMENCEN EL 12 DE SETEMBRE DE 2024 I FINALITZEN EL 20 DE JUNY DE 2025.

MÍNIM 10 INSCRITS PER REALITZAR L'ACTIVITAT.

L'HORARI DE LES ACTIVITATS A L'ESCOLA ÉS DE 17:00 A 18:00 H / L'HORARI DE LES ESPORTIVES ESTÀ DETALLAT AL FINAL DEL DOSSIER

INSCRIPCIONS:

RENOVACIONS DE PLAÇA, DEL 3 AL 6 DE JUNY
NOVES INSCRIPCIONS, A PARTIR DEL 7 DE JUNY
TELEMÀTIQUES EN AQUEST [ENLLAÇ](#).

ACOLLIDA MATINAL

TOT EL MES DE 7:45 A 8:50 HORES PREU 56 €
TOT EL MES DE 8:00 A 8:50 HORES PREU 45 €
TOT EL MES DE 8:30 A 8:50 HORES PREU 30 €
TOT EL MES DE 8:00 A 8:50 HORES (GERMANS ESO) PREU 30 €
DIA PUNTUAL 6 €

INFANTIL I PRIMÀRIA

Fer una bona acollida a l'escola és crucial per al benestar de molts infants i famílies. Amb les nostres acollides pretenem millorar la conciliació de la vida familiar i laboral.

Oferim una flexibilitat que t'ajudarà a planejar el teu dia a dia amb els més petits de la casa! Et garantim una comoditat i una seguretat màximes per al teu fill o filla.

Durant aquests moments fora de l'horari escolar, els educadors i educadores de la nostra entitat atenen les necessitats biològiques bàsiques, però també cobreixen altres àrees rellevants per al benestar i l'autoestima dels nens i nenes com ara l'afecte, el joc o l'aprenentatge, l'atenció de les quals és crucial en l'assoliment d'una bona autoestima.



ACOLLIDA TARDA

L'esplai de tarda és un servei extraescolar que s'ofereix a les famílies amb l'intenció de facilitar la conciliació laboral, de dilluns a divendres, durant l'horari extraescolar de les tardes.

És un espai on els nens i nenes gaudeixen d'una estona de lleure dirigida per monitors/res.

Berenar: durant els primers 10 minuts, els nens i nenes berenen i descansen després de tota la jornada escolar. Passat aquest temps, es dóna pas a les activitats programades.

L'esplai es caracteritza per ser un espai de lleure amb diversitat d'edats i de gustos. Per aquest motiu, s'intenta proposar una programació d'activitats en escala, o sigui, que siguin adaptables a les diferents edats dels nens/es que hi participen. Partirem d'una programació setmanal que pot variar en funció de les edats del grup de nens/es inscrits.

TOT EL MES DE 17:00 A 18:00 HORES PREU 45 €
2 DIES PER SETMANA 20 €

INFANTIL I PRIMÀRIA



DEIXA VOLAR LA CREATIVITAT

Crear és imaginar,
Imaginar és crear...

...i amb aquest taller seguireu descobrint tot un món imaginari de colors i formes.

Dibuixarem, pintarem, crearem volums... des dels colors pastel, a l'aquarel·la, pintant amb aliments, construint amb cartrons... fent créixer l'artista que porteu dins.

"La creativitat és la intel·ligència divertint-se" A. Einstein

OBJECTIUS

- Donar valor a la creativitat des de petits, que ens ajudarà en el nostre dia a dia, en la feina, per trobar solucions, noves idees... amb fluïdesa.
- Treballar amb cada infant el seu potencial creatiu, eliminant límits i bloquejos de pors a obtenir un resultat perfecte. L'art, com altres aspectes, és diferent en cadascun de nosaltres, i això és el que ens fa ser especials i únics.
- Augmentar l'autoestima.
- Ser lliures al crear, utilitzant materials nous i provant... Prova - error per saber el que ens agrada, amb què ens sentim còmodes i expressar-ho.

DILLUNS
DE 1R A 6È
PREU MENSUAL 30 €

PRIMÀRIA



DIBUIX-CÒMIC

Aquesta activitat està pensada per treballar en el foment de la imaginació, la creativitat, l'expressió gràfica utilitzant diferents tècniques pictòriques.

És una disciplina que abasta tant el desenvolupament d'habilitats plàstiques com narratives. Per una banda, treballarem tècniques d'il·lustració, farem ús de diferents eines, materials, papers. Potenciarem la imaginació i l'expressió de les idees creant personatges, ambients, situacions... Treballem diferents tècniques d'il·lustració (creació de personatges, expressions facials, creació d'escenes, etc.) i ens introduïm al còmic creant un guió i una història que acabarem a final de curs.

OBJECTIUS

- Desenvolupar la creativitat i la imaginació, i ajudar a identificar i expressar idees i pensaments.
- Desenvolupar l'observació, la percepció i la mirada del que ens envolta i de l'entorn immediat per poder-lo interpretar i dibuixar d'una manera figurativa o realista.
- Conèixer una metodologia de treball per tal de saber projectar, generar idees, i fer un procés creatiu per arribar al treball final. Volem transmetre el gust pel procés previ, aprendre a assajar, i descobrir que ens podem equivocar, que es poden fer proves i infinitat d'esbossos fins a arribar a l'obra final.
- Identificar i familiaritzar-se, a través de les diferents propostes i exercicis, amb els conceptes claus de l'expressió plàstica i del dibuix: l'encaix, la proporció, la llum, la composició, les barreges del color...
- Experimentar amb diferents recursos plàstics, investigar diferents maneres de representar una mateixa cosa, jugar amb la invenció de personatges per crear dibuixos més narratius...

DIMARTS
DE 1R A 6È
PREU MENSUAL 30 €

PRIMÀRIA



MÚSICA I ACCIÓ

Música i acció és una extraescolar dedicada al joc, l'expressió corporal i el desenvolupament d'habilitats motrius amb la música com a canal per crear un ambient dinàmic i estimulant on la creativitat i l'expressió d'emocions i sensacions seran els protagonistes. Un espai on jugar, saltar, riure, ballar, cantar, aprendre i gaudir però sempre al ritme de la música!

VALORS

El respecte, la superació, la companyonia, la tolerància...

OBJECTIUS

- Escoltar i viure la música i el joc de manera lúdica, artística, emocional i mental.
- Treballar l'expressió corporal mitjançant la psicomotricitat (jocs, danses, salts, desplaçaments, circuits, girs, equilibri, acrobàcies, ritmes, cant, ball, seqüències de so...) amb el suport de la música.
- Gaudir de les activitats musicals segons les diferents àrees d'interès i les estacions de l'any.
- Utilitzar el programa "MÚSICA I ACCIÓ", de forma interactiva, com a suport per augmentar la comprensió lectora a partir dels textos, preguntes, autoavaluacions, cançons, passatemps...
- Escoltar audicions enregistrades i veure vídeos enregistrats en el programa "MÚSICA I ACCIÓ" i en altres plataformes, mentre s'utilitza el joc com a llenguatge d'aprenentatge.

DIJOUS
D'14 A 2N
PREU MENSUAL 30 €

INFANTIL I
PRIMÀRIA



Una extraescolar per a jugar

ROBÒTICA

DIVENDRES
PREU MENSUAL 44 €
MATRÍCULA 45 €

PRIMÀRIA

Durant una hora, treballarem el món de les TICS amb la intenció d'assolir el pensament computacional de forma lúdica i despertar inquietuds per diferents vessants tecnològiques com ara el disseny 3D, la robòtica i la programació.

L'equip de formadors està especialitzat en carreres tècniques i amb formació de tecnologia, donant el millor de nosaltres per dinamitzar i engrescar activitats on la programació i la lògica tenen un paper molt important.

Activitat impartida per l'empresa **Scratch Barcelona**, si voleu més informació feu clic [aquí](#).

Es treballarà:

- en el primer trimestre, la programació de videojocs en scratch júnior i l'animació i disseny de personatges.
- en el segon trimestre, el disseny 3D i l'impressió 3D.
- en el tercer trimestre, la realitat augmentada ar i la robòtica educativa.

"L'aprenentatge més important de la vida es fa jugant"

Francesco Tonucci



ESCACS

Potenciem l'apartat lúdic i formatiu dels escacs. Es treballa amb una base tècnica, però l'objectiu és que els infants gaudeixin de l'activitat, es formin en valors i adquireixin destreses que puguin fer servir en la seva vida diària i acadèmica.

El plantejament és eminentment pràctic i la major part del temps els infants estan jugant, sigui fent partides o bé activitats i jocs relacionats amb els escacs.

A través d'aquest divertit joc, els nens i nenes no només aconsegueixen estimular la capacitat d'anàlisi, sinó que també els permet agilitzar el seu sistema cognitiu, ajudant a comprendre i manejar de millor forma les situacions que es puguin presentar.

L'activitat extraescolar d'escacs es basa en l'estratègia i la lògica principalment.

Aquesta activitat és capaç d'incentivar i proposar als alumnes que aportin solucions en cas de ser necessari, i de la mateixa manera, valorin el treball en equip; demostrant la importància de cada peça en el tauler i els assoliments que es poden obtenir en moure cadascuna d'aquestes en conjunt.

DIJOURS
DE 1R A 6È
PREU MENSUAL 30 €

PRIMÀRIA



ESCOLA D'IDIOMES ANGLÈS

bekith

Learning English
with values

PROGRAMA

És lúdic, divertit i actiu, basat en una varietat de jocs, contes, cançons i dinàmiques creades per als més petits. L'aprenentatge de l'idioma i el reconeixement de les seves emocions es converteixen en una vivència positiva i enriquidora.

VALORS

Es treballen els valors del respecte, l'autonomia i la gratitud, entre d'altres.

OBJECTIUS

Proporcionar un ambient agradable i segur que converteixi l'aprenentatge de les primeres paraules i estructures de l'anglès en una experiència divertida i motivadora.

DIMARTS 13 PREU MENSUAL 38 €
DIMARTS I DIJOUS 14 I 15
PREU MENSUAL 62 €
RENOVACIÓ PLAÇA DE L'1 AL 10 DE JUNY 40 €
NOVES MATRÍCULES 65 €
MATERIAL 35 € +/-

INFANTIL



ESCOLA D'IDIOMES ANGLÈS

bekith

Learning English
with values

PROGRAMA

En aquesta etapa educativa, i seguint una metodologia lúdica, dinàmica i que respecta el ritme evolutiu de l'alumnat, es treballen les quatre habilitats de la llengua: expressió escrita, comprensió lectora, comprensió i expressió oral.

VALORS

Es duen a terme activitats que estan enfocades a promoure valors com l'empatia, l'entusiasme o la responsabilitat.

OBJECTIUS

Construir una base sòlida de l'idioma sobre la que es continui treballant durant l'educació secundària, obtenint les seves primeres certificacions internacionals i refermant la seva confiança perquè comencin a utilitzar l'anglès amb seguretat en múltiples situacions de la vida quotidiana.

DILLUNS I DIMECRES 1R I 2N; 3R I 4T, I 5È I 6È
DIMARTS I DIJOUS 1R I 2N; 3R I 4T, I 5È I 6È
PREU MENSUAL 62 €
RENOVACIÓ PLAÇA DE L'1 AL 10 DE JUNY 40 €
NOVES MATRÍCULES 65 €
MATERIAL 35 € +/-

PRIMÀRIA



ESCOLA D'IDIOMES ANGLÈS

bekith

Learning English
with values

PROGRAMA

És pràctic, eficient, motivador i dinàmic i s'orienta a la producció espontània de l'idioma amb una metodologia que inclou l'ús de tecnologies innovadores.

VALORS

Es desenvolupen els valors del compromís, la tolerància o la sostenibilitat.

OBJECTIUS

Dominar la llengua de forma que els permeti expressar-se en un món divers, multilingüe i adaptat a les noves tecnologies, obtenint certificacions internacionals i promovent la pràctica dels valors, el pensament crític i una adequada gestió de les emocions.

DIMARTS I DIJOUS DE 17 A 18:15 HORES
PREU MENSUAL 75 €
RENOVACIÓ PLAÇA DE L'1 AL 10 DE JUNY 40 €
NOVES MATRÍCULES 65 €
MATERIAL 35 € +/-

1r i 2n d'ESO



L'AVENTURA ÉS LA LECTURA

Vols fer de la lectura la millor estratègia per resoldre-ho tot?

Molts nens i nenes no han descobert encara el món màgic que s'amaga després d'un llibre i el plaer que se sent en sentir-se identificat amb els personatges d'un conte. Per aquesta raó, una bona activitat per a inculcar l'hàbit de llegir és aquesta activitat extraescolar. A més de llegir un llibre en equip, tindran l'oportunitat de treballar en profunditat els seus continguts i conèixer els diferents estils literaris.

Aquesta activitat ajudarà a que desenvolupin les capacitats cognitives, millorin la capacitat lectora, estimulin la creativitat i imaginació i adquireixin, a poc a poc, un vocabulari més ampli.

Treballarem amb l'objectiu que aprenguin a llegir de forma àgil i entenedora, comprendre, interpretar, explorar diferents tipus de textos, treballar la prosòdia... per arribar a gaudir d'un nivell lector que els doni la mà per obrir la porta de tots els aprenentatges.

De manera lúdica i activa i amb lectures significatives i engrescadores, farem d'aquesta activitat una eina eficaç per avançar en els seus coneixements. Us animeu?

DILLUNS
DE 1R A 6È
PREU MENSUAL 30 €

PRIMÀRIA



DANSES URBANES

Les danses urbanes serveixen per estimular la part artística i treballar aspectes com la coordinació, la interpretació musical, la memòria i l'activitat física. A través d'aquesta activitat, els infants tenen l'oportunitat de conèixer diferents danses urbanes i gèneres musicals com el hip hop, el rap, el break dance, l'street dance...

També és molt important perquè desenvolupen la part de treball en grup, la cohesió de grup i la companyonia, i a la vegada gaudeixen d'un ambient relaxat, diferent, divertit i emocionant.

OBJECTIUS

- Aprendre a interpretar la música i adequar el moviment mentre es millora la condició física.
- Desenvolupar i ampliar les possibilitats i experiències corporals del ritme, la coordinació i el moviment.
- Fiançar el desenvolupament de determinades capacitats com la coordinació psicomotriu i la coordinació àudio motora.
- Desenvolupar els elements comuns de les activitats d'equip.
- Desenvolupar la creativitat i espontaneïtat mitjançant el moviment corporal.
- Desenvolupar l'oïda musical, la coordinació de moviments amb la música, el moviment expressiu, el ritme interior i la concentració, despertar la sensibilitat estètica i expressiva, desenvolupar la creativitat i la capacitat d'improvisació.

DIJOURS
DE 1R A 6È
PREU MENSUAL 30 €

PRIMÀRIA



MULTIESPORT

Un cop finalitzada l'etapa de psicomotricitat i joc, els nens continuen el seu creixement. Mitjançant circuits, jocs psicomotrius i jocs pre-esportius, utilitzarà el seu cos i es desenvoluparà en elements tan importants com la coordinació o la millora de les seves habilitats.

A partir d'aquí, pensem que aquesta edat és crucial per seguir amb el desenvolupament dels infants en tots els sentits. A part de treballar per ajudar que creixin en els aspectes físics, ens endinsarem en la part més emocional. Això vol dir que en aquesta etapa els nens i nenes necessiten relacionar-se amb els altres i potenciar la interrelació amb els companys. Nosaltres farem servir l'eina de la diversió i el joc per explotar aquest element tan rellevant.

La nostra proposta és potenciar el lema "Aprendre jugant". Tenim el gran avantatge que els nens i nenes venen a aquesta activitat sabent que ho passaran bé, que gaudiran amb els companys i companyes, i amb els jocs i activitats que els monitors i monitores els hi proposaran.

El temari d'activitats té un objectiu clar: els nens i nenes encara són petits per decidir-se per un esport concret o per una activitat determinada. Introduïrem diferents esports i jocs perquè ells triïn i descobreixin els seus gustos per al seu futur lúdic. Per això treballarem perquè els infants aprenguin els elements bàsics de diferents esports, les normes més primàries i com han d'actuar per a integrar-se a aquest esport.

També és valuós per a ells que, mitjançant aquests jocs, continuïn el descobriment del seu cos i que la cooperació amb els seus companys creixi.

Per últim, cal destacar que el més rellevant de l'activitat és que els nens frueixin i s'ho passin bé fent el que els hi agrada.

DIMECRES
D'15 A 2N
PREU MENSUAL 30 €

INFANTIL I PRIMÀRIA



PSICOMOTRICITAT I JOCS

Aquesta activitat extraescolar està pensada perquè qualsevol infant d'Educació Infantil pugui desenvolupar de forma controlada i dirigida la seva motricitat i es vagi fent progressivament una idea del seu esquema corporal (idea que un té del seu propi cos).

A partir dels tres anys, els infants inicien una etapa motriu crucial de la seva vida anomenada mecano gnosi, que és la fase on es comença a conèixer el funcionament del seu propi cos i la seva eficàcia motora. Per a poder superar amb èxit aquesta etapa és necessari que el nen o la nena es moguin i experimentin el màxim temps possible i les activitats i jocs pensats en aquesta activitat són una bona manera de fer més quantitativa i qualitativa la seva motricitat.

PROGRAMA:

Optimitzar el desenvolupament de la motricitat. Afavorir la capacitat rítmica del sistema nerviós (atenció). Afavorir el desenvolupament de l'esquema corporal. Aprendre noves formes de relacionar-se en grup. Aprendre a acceptar les normes de convivència social. Iniciar-se en la pràctica d'un gran nombre de jocs.

VALORS: El respecte, la superació, la companyonia, la tolerància...

OBJECTIUS: Socialització de l'infant mitjançant el joc, les relacions socials i la imaginació. Treball de la creativitat, amb el joc simbòlic i amb els materials esportius: pilotes, raquetes, cordes, espatlles, matalassos, cercles... Realització d'un ampli ventall de moviments implícits en el joc poc freqüents fora del gimnàs: tombarelles, salts, balancejos, arrossegaments, grimpades, etc.

DILLUNS
D'13 A 15
PREU MENSUAL 30 €

INFANTIL



TEATRE I DRAMATITZACIÓ

DIMARTS
D'14 A 1R
PREU MENSUAL 30 €

INFANTIL I PRIMÀRIA

Descobreix el món màgic del teatre amb nosaltres!

Gaudeix d'una experiència divertida i educativa, on estimular la imaginació dels més petits!

Actua, canta i balla mentre aprens valors importants com la creativitat, l'amistat i la confiança en si mateixos.

Fomenta la seva autoestima, promou la sociabilitat i els ajuda a créixer amb seguretat.

CONTINGUT

- Jocs de participació.
- Aprenentatge i escenificació de cançons, ritme i oïda.
- Contacontes per estimular la imaginació, fomentar el joc i la seva representació.
- Exploració dels personatges dels contes, situacions i espais que ens ajuden a integrar vivències i emocions.
- Elaboració de titelles senzilles i manipulació com a recurs interpretatiu.
- Realització de coreografies, potenciant les possibilitats motrius.
- Estimulació de capacitat d'atenció, observació, concentració i participació.



JUGANT APRENC I EM SENTO FELIÇ

Amb la intel·ligència cineticocorporal es treballa el moviment, l'expressió i el llenguatge corporal, utilitzant tot el cos de forma harmònica i coordinada per a expressar idees i sentiments.

Actualment el pluralisme i la diversitat familiar, cultural i religiosa són imperants i es fa necessari la integració de cada un dels individus de forma respectuosa i sostenible globalment.

S'ha de passar d'una educació afectiva a l'educació de l'afecte. Activitat realitzada per una psicòloga.

Utilitzant diferents tipus de jocs i activitats creatives, teatrals i espontànies, els infants practiquen i s'atreveixen a identificar, gestionar i comprendre les seves emocions i les de les persones que els envolten.

Treballarem també les habilitats socials, donant als infants l'eseines necessàries perquè desenvolupin les seves relacions interpersonals de forma gratificant i satisfactòria.

Gran part de les sessions es realitzarà a través d'activitats grupals, on d'una manera divertida i lúdica els infants apredran a ser emocionalment més intel·ligents. Algunes de les activitats que es duran a terme seran: jocs teatrals, art creatiu, dibuixos on expressar el seu propi estat o empatitzant amb altres situacions...

DIMARTS
DE 1R A 6È
DE 17 A 18:30 H. PREU MENSUAL 55 €

PRIMÀRIA



FUTBOL SALA

2 DIES D'ENTRENAMENT + PARTITS EN DIVENDRES O DISSABTE MATÍ.
PER A INFANTS DES D'14 FINS A 2N PRIMÀRIA

El futbol sala és un esport col·lectiu de pilota on treballarem tot tipus de fonaments bàsics, tècnics i tàctics, mitjançant tant el joc com exercicis complementaris, una activitat divertida i en grup que et proporcionarà els principis bàsics d'aquest esport.

Treballem valors com la convivència, la companyonia, l'esforç, el compromís, la lleialtat, el respecte, l'ajuda, el saber guanyar i saber perdre...

L'objectiu d'aquesta activitat és treballar les habilitats bàsiques amb pilota així com la millora de la motricitat dels infants sense oblidar mai que l'aprenentatge és la base en la nostra forma d'ensenyar.

Els infants s'inicien en la competició i, per tant, s'ensenya als infants les normes de la mateixa competició, els diferents sistemes de jocs (col·locació a la pista, funcions de cada posició...).

Una vegada assolits els conceptes bàsics i aconseguit el coneixement i adaptació al sistema de competició i tot el que l'envolta, arribem a la fase de perfeccionament de tot el que s'ha après. S'augmenta el grau de complexitat en els exercicis i activitats, i s'introdueixen noves variables dins dels sistemes de jocs explicats, a l'estratègia, etc, per continuar amb el progrés tant individual com col·lectiu del grup.

HORARIS SEGONS CATEGORIA
PREU MENSUAL 45 €

INFANTIL I PRIMÀRIA ESCOLAR



FUTBOL SALA

2 DIES D'ENTRENAMENT + PARTITS EN DIVENDRES O DISSABTE MATÍ.
PER A INFANTS DES DE 3R FINS A JUVENIL.

El futbol sala és un esport col·lectiu de pilota on treballarem tot tipus de fonaments bàsics, tècnics i tàctics, mitjançant tant el joc com exercicis complementaris, una activitat divertida i en grup que et proporcionarà els principis bàsics d'aquest esport.

Treballem valors com la convivència, la companyonia, l'esforç, el compromís, la lleialtat, el respecte, l'ajuda, el saber guanyar i saber perdre...

L'objectiu d'aquesta activitat és treballar les habilitats bàsiques amb pilota així com la millora de la motricitat dels infants sense oblidar mai que l'aprenentatge és la base en la nostra forma d'ensenyar.

Els infants s'inicien en la competició i, per tant, s'ensenya als infants les normes de la mateixa competició, els diferents sistemes de jocs (col·locació a la pista, funcions de cada posició...).

Una vegada assolits els conceptes bàsics i aconseguit el coneixement i adaptació al sistema de competició i tot el que l'envolta, arribem a la fase de perfeccionament de tot el que s'ha après. S'augmenta el grau de complexitat en els exercicis i activitats, i s'introdueixen noves variables dins dels sistemes de jocs explicats, a l'estratègia, etc, per continuar amb el progrés tant individual com col·lectiu del grup.

HORARIS SEGONS CATEGORIA
PREU MENSUAL 51 €

**PRIMÀRIA A JUVENIL
ESCOLAR**



FUTBOL SALA

2 DIES D'ENTRENAMENT + PARTITS EN DISSABTE O DIUMENGE.
PER A INFANTS I JOVES A PARTIR DE 5È FINS A SÈNIORS.

L'evolució natural dels i les esportistes ens deriva a una competició més intensa i més exigent com és la competició federada.

Treballarem per perfeccionar tota mena de fonaments físics, tècnics i tàctics, mitjançant entrenament específics i exercicis complementaris, sense oblidar que és una activitat on gaudir tant de la pràctica esportiva com de la companyia.

OBJECTIUS

- Perfeccionament de la tècnica i la tactica individual i col·lectiva.
- Ensenyar nous sistemes de jocs tant a nivell ofensiu com defensiu.
- Fomentar el compromís del jugador amb la resta de l'equip; així com la cooperació entre tots els seus membres.
- Millorar la resistència i la velocitat, així com la coordinació motora i visoespacial.
- Fomentar el respecte entre els companys, adversaris i sobretot a l'arbitre.

Treballem valors com la convivència, la companyonia, l'esforç, el compromís, la lleialtat, el respecte, l'ajuda, el saber guanyar i saber perdre...

HORARIS SEGONS CATEGORIA
PREU MENSUAL 54 €
MÉS LA FITXA I MUTUALITAT

PRIMÀRIA A SÈNIOR FEDERAT



GIMNÀSTICA RÍTMICA

DE 17 A 18:30 HORES. A L'ESCOLA TIMBALER DEL BRUC.
2 DIES D'ENTRENAMENT + COMPETICIONS/EXHIBICIONS.

És una activitat destinada a nens i nenes que els agradi fer esport i vulguin tenir l'oportunitat de poder desenvolupar les seves capacitats artístiques i físiques mitjançant la gimnàstica rítmica.

El nostre objectiu principal és utilitzar l'esport com a eina educativa. Educar amb l'esport i promoure valors com la companyonia o l'esforç ajudarà a educar als i les gimnastes.

El nostre objectiu tècnic principal és aconseguir la màxima evolució de cada gimnasta i que gaudeixin aprenent, i com a estimul i motivació participarem en diferents trobades i competicions escolars.

OBJECTIUS

- Augmentar la confiança en un/a mateix i generar un sentiment de seguretat
- Fomentar l'equilibri
- Fomentar la concentració
- Ensenyar la importància del treball en equip, la companyonia i el respecte cap a l'altre/a

DIJOUS D'15 A 2N DE 17 A 18:30 HORES
DIMARTS DE 3R A 6È I ESO DE 17 A 18:30 HORES
PREU MENSUAL 41 €

**15, PRIMÀRIA I ESO
ESCOLAR**



PATINATGE ARTÍSTIC

2 DIES D'ENTRENAMENT + COMPETICIONS/EXHIBICIONS

En la pràctica del patinatge artístic es conjuguen la tècnica (força, elasticitat, control del cos, precisió, velocitat, seguretat, qualitat i varietat de les dificultats), l'art i la bellesa de la música i el vestuari, la dansa i l'originalitat del programa o rutina coreogràfica.

Això fa del patinatge artístic quelcom més que només un esport. A la correcta execució tècnica de figures, salts, virolles i treball de peus, se suma l'harmonització dels moviments amb la música, en temps, ritme i caràcter (impressió artística).

El patinatge és un esport que ajuda a desenvolupar l'equilibri i l'harmonia corporal a través de moviments i exercicis.

L'objectiu del procés és que els infants aprenguin habilitats bàsiques de desplaçament sobre els patins a partir de la familiarització amb aquest nou element i la realització de desplaçaments bàsics en diferents direccions, canvis de direcció i els fonaments per fer figures bàsiques del patinatge artístic.

En els nivells avançats, la nostra meta és formar patinadors i patinadores completes, amb control sobre les tècniques de patinatge estructurades en nivells (marxa endavant, enrere, girs, frens, canvis de sentit, salts, figures, piruetes, etc.)

HORARIS SEGONS NIVELL
PREU MENSUAL 45 €

INFANTIL I PRIMÀRIA ESCOLAR



PATINATGE ARTÍSTIC

INTERESCOLAR

1 DIES D'ENTRENAMENT + COMPETICIONS/EXHIBICIONS

Com una evolució natural d'aquest esport, neix la creació de grups ja sigui en forma de tríos, quartets o grups de xou, on les coreografies i posada en escena adquireixen una importància cabdal.

Per a les patinadores que hagin assolit el nivell exigít, es crea l'opció d'un tercer entrenament setmanal on crear, desenvolupar i evolucionar les coreografies que duren a competicions en el tram final de temporada.

És una activitat creativa i alhora exigent amb les patinadores, ja que, a la dificultat de les figures, han d'afegir la dificultat dels moviments coordinats i harmònics, fent vital la capacitat de treball en equip.

En els programes es valora, en primer lloc, el contingut, reflectint la dificultat i el disseny del programa i la tècnica del grup, i, en segon lloc, la presentació, per l'expressivitat, la interpretació i l'ús del vestuari i maquillatge per a reflectir el tema de la música.

Les entrenadores seleccionaran les patinadores que poden optar a aquesta activitat.

DIVENDRES DE 20:00 A 21:00 HORES
PREU MENSUAL 15 €

PRIMÀRIA I ESO
ESCOLAR



VOLEIBOL

(A l'Escola Timbaler del Bruc)

2 DIES D'ENTRENAMENT + PARTIT DIVENDRES TARDA O DISSABTE MATÍ

El voleibol és un esport d'equip en què tots els integrants són igual d'importants i necessaris i on, gràcies a la rotació dels membres de l'equip, s'aconsegueix que la cohesió esdevingui un valor clau del joc. A més, es tracta d'un esport que permet crear equips mixts.

OBJECTIUS

- Desenvolupar les habilitats psicomotrius bàsiques, la resistència, la potència, la coordinació i la força, per fer front a serveis, recepcions, atacs, passades i defenses.
- Fomentar l'esperit d'equip, l'autocrítica i l'afany de superació, ja que implica una actitud d'autoanàlisi per aprendre dels errors i gaudir dels èxits en grup.
- Adquirir actituds de respecte i responsabilitat cap a les normes, cap als companys i companyes i cap al contrari. L'estratègia del joc implica a tots els jugadors que han de complir el seu paper per assolir l'objectiu comú.
- Educar en l'esport com a alternativa sana d'oci, que allibera la ment i treballa el cos, a més de suposar una oportunitat per conèixer a altres nens i nenes per fer noves amistats.
- Treballar valors com la convivència, la companyonia, l'esforç, el compromís, la lleialtat, diversió, el respecte, l'ajuda...

DIMARTS I DIJOUS DE 17:35 A 18:35 H. (5È I 6È)
DIMARTS I DIJOUS DE 18:35 A 19:35 H. (1R I 2N D'ESO)
DIMARTS I DIJOUS DE 19:35 A 20:35 H. (3R I 4T D'ESO)
PREU MENSUAL 41 €

PRIMÀRIA I ESO
ESCOLAR



QUADRE ACTIVITATS LLEURE

ACTIVITAT	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PREU MENSUAL	PREU 1 DIA
ACOLLIDA MATINAL	13 a 6è	13 a 6è	13 a 6è	13 a 6è	13 a 6è	56 €/45 €/30 €	6 €
ACOLLIDA TARDA	13 a 6è	13 a 6è	13 a 6è	13 a 6è	13 a 6è	45 €	6 €
DEIXA VOLAR LA CREATIVITAT	1r a 6è, ESO					30 €	
DIBUIX-CÒMIC		1r a 6è, ESO				30 €	
ROBÒTICA					1r a 6è, ESO	44 €	
ESCACS				1r a 6è, ESO		30 €	
ANGLÈS Infantil		13				38 €	
ANGLÈS BEKITH Infantil i Primària	1r i 2n / 3r i 4t	14 i 15 / 1r i 2n / 3r i 4t	1r i 2n / 3r i 4t	14 i 15 / 3r i 4t		62 €	
ANGLÈS BEKITH Primària	5è i 6è	5è i 6è	5è i 6è	5è i 6è		62 €	
ANGLÈS ESO		ESO		ESO		75 €	
L'AVENTURA ÉS LA LECTURA	1r a 6è					30 €	
JUGANT APRENC I EM SENTO FELIÇ 1:30 h		1r a 6è				55 €	
Teatre i dramatització		14, 15 i 1r				30 €	
Danses urbanes				1r a 6è		30 €	
MULTIESPORT			15, 1r i 2n			30 €	
PSICOMOTRICITAT I JOCS	13, 14, 15 i 1r					30 €	
MÚSICA I ACCIÓ				14, 15, 1r i 2n		30 €	

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER
L'AJUNTAMENT DE BARCELONA

Ajuntament de
Barcelona



HORARI ACTIVITATS ESPORTIVES

CURS	FUTBOL SALA CEEB	PREU	VOLEIBOL a Escola Timbaler del Bruc	PREU	GIMNÀSTICA RÍTMICA a Escola Timbaler del Bruc	PREU
14, 15 i 1r	14-15 i 1r Dll de 17:00 a 18:10 h / Dx de 17:00 a 18:10 h	45 €			15 i 1r Dj de 17:00 a 18:30 h	41 €
2n	Dm de 17:00 a 18:10 h / Dj de 17:00 a 18:10 h	45 €			Dj de 17 a 18:30 hores	41 €
3r	Dm de 17:00 a 18:30 h / Dj de 17:00 a 18:30 h	51 €			Dm de 17 a 18:30 hores	41 €
4t	Dll de 18:10 a 19:05 h / Dx de 18:10 a 19:05 h	51 €			Dm de 17 a 18:30 hores	41 €
5è	Dll de 19:05 a 20:00 h / Dx de 19:05 a 20:00 h	51 €	Dm i dj de 17:35 a 18:35 hores	41 €	Dm de 17 a 18:30 hores	41 €
6è	Dll de 19:30 a 20:30 h / Dx de 18:10 a 19:05 h	51 €	Dm i dj de 17:35 a 18:35 hores	41 €	Dm de 17 a 18:30 hores	41 €
5è, 6è, ESO femení	Dm de 18:10 a 19:05 h / Dj de 18:10 a 19:05 h	51 €				
1r ESO	Dm de 19:30 a 20:30 h / Dj de 19:05 a 20:00 h	51 €	Dm i dj de 18:35 a 19:35 hores	41 €	Dm de 17 a 18:30 hores	41 €
2n ESO	Dm de 19:05 a 20:00 h / Dj de 20:00 a 21:00 h	51 €	Dm i dj de 18:35 a 19:35 hores	41 €	Dm de 17 a 18:30 hores	41 €
CADET A	Dll de 19:40 a 20:40 h. / dj de 20:00 a 21:00	51 €	Dm i dj de 19:35 a 20:35 hores	41 €		
CADET B	Dll de 20:00 a 21:00 h. / dx de 19:40 a 20:40	51 €				
JUVENIL	Dll de 21:00 a 22:00 h. / dj de 20:45 a 21:45	51 €				

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER
L'AJUNTAMENT DE BARCELONA
per infants de 6 a 17 anys

Ajuntament de
Barcelona



HORARI FUTBOL SALA FEDERAT

CATEGORIA	HORARI	PREU MENSUAL
BENJAMÍ A	Dm de 18:30 a 19:30 i dj de 17:00 a 18:15 h	54 €
ALEVÍ A	Dll de 18:40 a 19:40 i dj de 19:05 a 20:00 h	54 €
INFANTIL A	Dll de 18:45 a 19:45 h i dx de 20 a 21 h	54 €
INFANTIL B	Dm de 20:00 a 21:00 h. i dj de 20:00 a 21:00 h	54 €
CADET A	Dll de 20 a 21 h i dx de 18:45 a 19:45 h	54 €
CADETS B i C	Dm i Dv de 20:45 a 21:45 h	54 €
JUVENIL A	Dm i dj de 20 a 21 h	54 €
JUVENIL B	Dm i dj de 21 a 22 h	54 €
SÈNIOR A	Dm i dj de de 21 a 22 h	54 €
SÈNIOR B	Dll i dx de de 21 a 22 h	54 €
SÈNIOR C	Dm i dj de 21 a 22 h	54 €

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER
L'AJUNTAMENT DE BARCELONA
per infants de 6 a 17 anys

Ajuntament de
Barcelona



HORARI PATINATGE ARTÍSTIC

CATEGORIA	HORARI	PREU MENSUAL
PREINICIACIÓ - GRUP 1	Dll i dx de 17:00 a 18:10 h	45 €
INICIACIÓ - GRUP 2	Dm i dv de 17:00 a 18:10 h	45 €
INTERMIG 1 - GRUP 3	Dll de 17:35 a 18:35 h i dx de 17:35 a 18:35 h	45 €
INTERMIG 2 - GRUP 4	Dm de 18:10 a 19:05 h i dv de 17:00 a 18:10 h	45 €
INTERMIG 3 - GRUP 5	Dll de 18:10 a 19:05 h i dx de 18:40 a 19:40 h	45 €
AVANÇAT 1 - GRUP 6	Dll de 19:05 a 20 hores i dv de 18:10 a 19:05 h	45 €
AVANÇAT 2 - GRUP 7	Dx de 18:10 a 19:05 hores i dv de 19:05 a 20:00 h	45 €
PERFECCIONAMENT - GRUP 8	Dx de 19:05 a 20:00 hores i dv de 20:00 a 21:00 h	45 €
INTERESCOLAR - QUARTETS ESO	Dx de 20:00 a 21:00 hores	15 €

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER
L'AJUNTAMENT DE BARCELONA
per infants de 6 a 17 anys

Ajuntament de
Barcelona



BEQUES AJUNTAMENT

- Dirigida a **infants d'entre 6 i 17 anys** que realitzin activitats esportives, culturals, artístiques, científiques o tecnològiques.
- Unitats familiars que tinguin uns **ingressos iguals o inferiors a 10.000 euros per a cada membre de la unitat familiar**.
- La renda personal disponible es calcularà dividint els ingressos anuals declarats en la renda del 2023 (**Base liquidable general (500)**) de tota la unitat familiar entre el nombre total de membres. Se suma un membre familiar més si:
 - Hi ha **un membre tingui una discapacitat mínima del 33%**
 - Es té reconeguda **oficialment** la condició de **família monoparental**
- **Percentatge de subvenció segons els ingressos nets anuals per ciutadà i nucli de convivència (segons pressupost):**
 - De 0 € a 7.000 € 90%
 - De 7000,01 € a 9.000,00 € 60%
 - De 9.000,01 € a 10.000 € 30%
 - > de 10.000 € 0%
- Es pot demanar per a cada infant **un ajut per a activitats esportives i un ajut per a activitats culturals, artístiques, científiques i tecnològiques**.
- Sol·licitud telemàtica a www.plaesportescolarbcn.cat/ca/subvencions (activitats esportives)
ajuntament.barcelona.cat/tardeseducatives/ca/ajuts-les-families (activitats culturals, artístiques, científiques o tecnològiques)
- Haureu de sol·licitar el codi de l'activitat a través de correu electrònic o telèfon a l'AE FS Arrels

CALENDARI SOL·LICITUD

- Sol·licitud de beques: **del 15 de setembre al 5 d'octubre**
- Presentació d'esmenes: fins el 3 de novembre
- Data de comunicació de la resolució i publicació: 15 de novembre
- Període de presentació de reclamacions: del 15 de novembre al 3 de desembre

NORMATIVA GENERAL DE LES ACTIVITATS EXTRAESCOLARS DE LLEURE I ESPORTIVES

INSCRIPCIONS:

- Totes les inscripcions es realitzen **exclusivament per internet**, a través del formulari d'inscripció que trobareu a l'inici d'aquest dossier o a la web de l'AE FS Arrels.
- En tots els grups i equips hi ha número mínim i màxim de participants. Es donarà preferència als inscrits que hagin fet les activitats fins al final, i facin correctament la seva renovació de plaça, i es completaran amb altes noves. En cas de ser necessari, s'obriran nous grups (si hi ha disponibilitat d'espais).
- Per a un bon funcionament dels grups d'activitats, les inscripcions seran per tota l'activitat. No s'accepten inscripcions parcials.
- Les inscripcions son per tot el curs. De manera excepcional, per donar de baixa un infant o jove, heu d'enviar un correu al nostre mail aefs.arrels@gmail.com **abans del dia 20 del mes anterior de voler finalitzar l'activitat**. En cas contrari, l'Associació continuarà passant el rebut. Les altes es poden realitzar en qualsevol moment sempre que hi hagi places disponibles.
- Les activitats tindran un mínim de 10 inscrits i un màxim de 14. A partir d'aquesta xifra s'obre una llista d'espera per si hi ha alguna baixa o es pot obrir un nou grup.
- Les activitats poden cancel·lar-se si no arriben a un nombre mínim d'alumnes, per raons organitzatives o per disponibilitat d'espais. Oferirem a les famílies altres opcions que puguin ser del seu interès.
- La inscripció d'un infant en una activitat suposa l'acceptació les presents normes, i en el seu cas, de les que es puguin establir, per part de la persona inscrita i la dels seus familiars . L'incompliment de qualsevol d'elles, inclosa la falta de pagament, suposarà la baixa immediata de l'infant o jove en l'activitat.
- Les famílies que tinguin rebuts encara sense abonar, no podran inscriure's en cap activitat fins que saldin aquest deute.

COBRAMENTS:

- Les quotes de les activitats són mensuals i s'efectuaran **obligatòriament mitjançant domiciliació bancària dels rebuts**, entre els dies 5 i 7 de cada mes. No s'admet cap altra forma de pagament, excepte casos justificats.
- Excepte baixa definitiva, les famílies o esportistes es comprometen a abonar totes les mensualitats.
- Els rebuts retornats pel banc hauran d'abonar-se en els quinze dies següents a la seva comunicació, afegint-se les despeses originades per la devolució (actualment 6 €). En cas de no complir-se aquesta norma, la persona inscrita serà donada de baixa i no podrà continuar fent l'activitat fins a abonar el deute.

NORMATIVA GENERAL DE LES ACTIVITATS EXTRAESCOLARS DE LLEURE I ESPORTIVES

SOL·LICITANTS BECA:

- Els i les participants que demanin beca a l'Ajuntament per activitats esportives o culturals i tecnològiques de 6 a 17 anys, han d'abonar els mesos de setembre i octubre sencers i, quan es facin públiques les llistes definitives, es recalculerà l'import i, si s'escau, es retornaran els diners cobrats de més en finalitzar la temporada i una vegada validades les firmes a l'IBE o a Tardes Educatives.

INICI I FINAL D'ACTIVITATS, FESTES

- Les activitats extraescolars i esportives començaran el 12 de setembre de 2024 i acabaran el 20 de juny de 2025.
- Les activitats es desenvoluparan en els dies lectius, d'acord amb el calendari escolar marcat per les autoritats educatives, per la qual cosa no hi haurà sessions durant les festes i vacances que s'estableixin. Els dies de pluja no es cancel·len les activitats ni entrenaments.

TRACTE

- Sempre i en tot cas, els infants seguiran les instruccions dels monitors i monitores, tractant-se els uns als altres amb respecte.
- És molt important la puntualitat a l'hora de recollir a l'alumnat. El retard es considera una falta de respecte envers els monitors i monitores.

ALTRES NORMES:

- Les classes o entrenaments es realitzaran sense públic, per la qual cosa, ni les famílies ni els esportistes que no estiguin rebent classe poden quedar-se en els espais en els quals es desenvolupin les activitats.
- Les famílies que desitgin comentar la marxa de l'infant en una activitat, demanaran cità prèvia amb el/la monitor/a i ho faran fora de l'horari de l'activitat, al final d'aquesta per no interrompre el bon funcionament de l'activitat.
- Qualsevol queixa o suggeriment sobre els monitors o monitores de les activitats es farà sempre per escrit a la persona responsable de coordinar les extraescolars o a la Direcció de l'Associació a aefs.arrels@gmail.com. Mai es farà directament al monitor implicat.

Gràcies per
confiar en
nosaltres

685 999 263

www.aefsarrels.cat

aefs.arrels@gmail.com

