

DESCRIPCIÓ ACTIVITATS MALLORCA

La proposta d'activitats fora de l'horari lectiu, ha d'anar orientada a continuar l'educació dels infants mitjançant esports i activitats expressives estructurades segons el seu desenvolupament motriu i moment maduratiu.

Educació Infantil P3 a P5

En aquesta etapa els nens/es són molt permeables als estímuls que reben, perquè estan establint una intensa relació i comunicació amb el món que els envolta. A partir d'activitats dissenyades amb un enfocament lúdic, utilitzant el joc com a eina, aprofitarem aquest moment per potenciar l'adquisició d'habilitats motrius bàsiques amb les **activitats esportives** i la potenciació de la creativitat i imaginació mitjançant les **activitats no esportives**.

Educació Primària. Cicle Inicial 1r i 2n

Amb les **activitats esportives** comencem la introducció dels diferents esports, per tal d'ampliar les experiències motrius i orientar al nen/a en les diferents possibilitats de pràctica esportiva. Amb **les activitats no esportives** obrim nous espais de creativitat adaptats a aquestes edats amb major capacitat receptiva i d'aprenentatge.

Educació Primària. Cicles Mitjà i Superior 3r a 6è

Entrem en una etapa en què, per aptitud física i capacitat intel·lectual, podem realitzar un treball amb major concreció, alhora que demanem un esforç més gran per assolir objectius tècnics, tàctics, d'actitud, de relació...

Joc i esport - P3 i P4

Etapa de **descoberta i coneixement** de l'esquema corporal mitjançant el desenvolupament de les habilitats i destreses bàsiques.
És important que el nen/a experimenti amb molt material divers (formes, colors, textures, mides ...) i fer jocs i tasques que impliquin el treball de la lateralitat, la respiració i relaxació, la coordinació, l'orientació, el ritme...
Durant la sessió es donaran consignes en anglès de manera que mitjançant el joc l'alumne es familiaritzi amb l'idioma.
Cal portar roba i calçat esportiu.

Iniciació esportiva - P5

Etapa d'**adquisició** de l'esquema corporal mitjançant la percepció del propi cos, millorant les habilitats motrius bàsiques (lateralitat, desplaçaments...) i desenvolupant les específiques (capacitats perceptives).
En aquesta edat la majoria de nens/es ja tenen definit quin és el seu segment dominant, l'objectiu és que realitzin la pràctica amb la part del cos que més domina sense oblidar la menys hàbil.
Cal portar roba i calçat esportiu.

Mou-te ballant – P4 i P5

Desenvoluparem la creativitat, la imaginació i l'expressió mitjançant jocs, activitats i sobretot balls i danses amb diferents estils musicals. Cal portar roba i calçat esportiu.

Aero dance – 1r a 4t

Treball de la resistència i la coordinació mitjançant sessions divertides on es realitzaran coreografies al ritme de diferents músiques (funky i hip hop, dance, salsa. Cal portar roba i calçat esportiu.

Aero dance – 5è, 6è i ESO

Treball específic centrat en l'aprenentatge de la modalitat de funky i hip hop realitzant divertides i elaborades coreografies. Grups diferenciats per edats.

Patinatge esportiu - 1r a 3r

Desenvolupament de l'equilibri i les qualitats físiques com la flexibilitat, la força i la resistència, així com les capacitats coordinatives i perceptives mitjançant la combinació de jocs recreatius, esportius i d'iniciació al patinatge més tècnic sobre patins de quatre rodes o de línia. Cal roba esportiva i recomanable genolleres i canelleres.

Patinatge artístic - 3r a 6è i ESO

Aprenentatge i perfeccionament de figures tècniques. Elaboració de coreografies individuals adaptades al nivell de cada patinador/a. Participació en dues jornades internes. Cal portar roba esportiva (malles o xandall)

Karate - 1r a 6è i ESO

Introducció, aprenentatge i perfeccionament dels aspectes de tàctica i estratègia d'aquest esport d'oposició. Grups diferenciats per nivell i edat. Cal portar kimono.

Gimnàstica rítmica - 1r a 6è

Treball de forma artística de tot el cos, desenvolupant les qualitats físiques com la flexibilitat, la força i la resistència així com les capacitats coordinatives i perceptives. Treball centrat en un programa de mans lliures i iniciació i desenvolupament del treball amb implementes com la pilota, la corda o el cercol. Grups diferenciats per nivell i edats. Cal portar mallot.

Futbol sala escola / Bàsquet escola – 1r i 2n

Iniciació a la tècnica específica de l'esport. En el cas dels alumnes de 2n, introducció al joc real mitjançant 3 competicions a nivell intern. Cal portar roba i calçat esportiu.

Futbol sala / Bàsquet - a partir de 3r de primària

S'inicia la competició escolar (CEEB) com a eina complementària d'aprenentatge. Per jugar els partits és obligatori portar una equipació representativa del centre. Per entrenar cal roba i calçat esportiu.

Piscina Sant Jordi - P3 a 6è

Els grups de natació estan diferenciats per edat i nivell del participant. L'objectiu principal és que es **familiaritzin** amb el medi, **assoleixin** cert grau d'autonomia i **consolidin** aquesta autonomia dins el medi.