

## ACTIVITATS ESO i BATXILLERAT

Esports individuals	Curs/Edat	Dies	Horari	Places	€/mes
Dances urbanes (Hip Hop, funky...)	1r a 4t ESO (06-09)	dilluns i dimecres	18 a 19	15	21,70
Karate	5è, 6è i 1r ESO (09-11)	dilluns i dimecres	17 a 18	15	22,30
Fit loga	1r a 4t ESO (06-09)	dimarts i dijous	17 a 18	15	21,70
Patinatge artístic ESO + comp. CEEB (*)	1r a 4t ESO (06-09)	dimarts i dijous	18 a 19	30	27,60

Esports col·lectius	Curs/Edat	Dies	Horari	Places	€/mes
Futbol sala pre infantil mixt (continuitat)	1r ESO (2009)	dilluns i dimecres	18 a 19	13	33,00
Futbol sala infantil mixt (*)	1r i 2n ESO (08-09)	dilluns i dimecres	18 a 19	13	33,00
Futbol sala cadet masculí	3r ESO (2007)	dilluns i dimecres	18 a 19	13	34,30
Futbol sala cadet masculí	4t ESO (2006)	dilluns i dimecres	19 a 20	13	34,30
Futbol sala juvenil masculí (*)	Batx. (04-05)	dilluns i dimecres	19 a 20	13	35,60
Futbol sala junior masculí	01-02-03	dilluns i dimecres	19 a 20	13	38,40
Bàsquet pre infantil mixt	1r ESO (2009)	dimarts i dijous	17 a 18	13	33,40
Bàsquet infantil mixt	2n ESO (2008)	dimarts i dijous	17 a 18	13	33,40
Ultimate	1r a 4t ESO (06-09)	dimarts	18 a 19	15	16,70
Sport lúdic (Roda esportiva + Acrosport)	1r a 4t ESO (06-09)	dijous	18 a 19	15	16,70
Ultimate + Sport lúdic	1r a 4t ESO (06-09)	dimarts i dijous	18 a 19	-	21,70

Esports individuals	Curs/Edat	Dies	Horari	Places	€/mes
Teatre	5è, 6è i 1r ESO (09-11)	dijous	16.45 a 18.15		22,20

## Informació i Inscripcions

(\*) Activitat desenvolupada a les pistes cobertes del Parc de Joan Miró.

Les activitats poden variar d'horari, d'espai, anul·lar-se o obrir-se'n de noves en funció de les inscripcions.

L'alumnat inscrit a Bàsquet pre infantil i infantil, els dimarts finalitzarà l'activitat a les 18.10 hores.

**Inscripcions juny online [www.ae-eixample.cat](http://www.ae-eixample.cat)**

### Del 14 al 20 de juny

En cas que els inscrits en una activitat sigui superior al nombre de places que s'ofereixen, es prioritzaran primer, els alumnes de l'INS Ernest Lluch matriculats l'any anterior i segon, els alumnes d'altres centres. En ambdós casos amb continuïtat esportiva (mínim dos trimestres). En cas necessari, l'adjudicació de les places es resoldrà per sorteig informant la setmana del 19 de juliol. Només trucarem a les famílies afectades pel sorteig.

Es podran consultar els inscrits de cada activitat a partir de la mateixa data al nostre web.

**Inscripcions setembre online [www.ae-eixample.cat](http://www.ae-eixample.cat)**

### Del 30 d'agost al 5 de setembre

Inscripcions de places lliures sense preferència.

En cas necessari, les places s'adjudicaran per sorteig informant els dies 13 i 14 de setembre. Només trucarem a les famílies afectades pel sorteig.

**Inscripcions presencials**

**A partir del 15 de setembre**, inscripcions de places lliures, pagament en efectiu.

Horari setembre: de dilluns a dijous de 16.45 a 18.30 h a l'Escola Joan Miró

Podeu demanar la fitxa d'inscripció al coordinador o descarregar-la del web de l'AEE.

**Requisits:**

Fitxa d'inscripció degudament complimentada  
10,00 € (1r pagament - Independentment del nombre d'activitats)

**Preferiblement amb targeta de crèdit.**

Fotocòpia amb dades bancàries per a domiciliació mensual

Estar al corrent de pagament del curs 20-21 i anteriors

**Act. amb competició:** Fotocòpia CatSalut (el dia de la inscripció)  
Assegurança CEEB (domiciliat amb el 2n pagament). La quota variarà en funció de l'edat del participant.

**Inici de les activitats:**

Dilluns, 4 d'octubre

**Reunió informativa:**

Dijous, 23 de setembre a les 18.30 h online

Trobareu l'enllaç al nostre web

Sol·licitud de subvencions per a infants i adolescents de 6 a 17 anys (nascuts del 2003 al 2015) per a la pràctica esportiva fora d'horari escolar, demaneu informació a partir del 13 de setembre al vostre coordinador, adreceu-vos a [contacta@ae-eixample.cat](mailto:contacta@ae-eixample.cat) o truqueu al 93 515 00 55.

Un cop iniciades les activitats, per qualsevol consulta, modificació de dades, canvi o baixa d'activitat, cal adreçar-se al coordinador d'activitats Alfonso Torres els dimarts o dimecres de 16.45 a 18.30 h o trucar al 627 590 169 de dilluns a dijous en el mateix horari.

## ACTIVITATS

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

El que pretenem es contribuir i potenciar el desenvolupament de les diferents habilitats i qualitats físiques alhora que treballem i fomentem uns hàbits saludables i en valors.

### Esports individuals

#### Dansa urbana

Desenvoluparem la creativitat i la imaginació de manera individual o en grup. Expressar-se mitjançant el moviment, creant, aprenent o seguint passos i coreografies modernes.

Treballarem la resistència i la coordinació mitjançant sessions divertides i dinàmiques on es realitzaran un munt de coreografies. Les danses urbanes seran l'estil principal de les sessions (Funky, Hip Hop, Popping, Breakdance, Latin salsa...).

Cal portar roba i calçat esportiu.

#### Fit loga

Treballarem barrejant el fitness i el ioga amb l'objectiu de tonificar tot el cos.

Desenvoluparem qualitats com la resistència, la força i la flexibilitat i aprendrem tècnics de control de la respiració i de la relaxació.

Serán sessions divertides i intenses on aprendrem tècniques tradicionals de ioga amb exercicis d'entrenament.

Totes les sessions aniran acompanyades de música de fons (relaxant, chill out, electroioga...).

Cal portar roba esportiva (malles o xandall) i una màrfega antilliscant

### Karate

Activitat realitzada amb alumnes de 5è i 6è de l'Escola Joan Miró.

Art marcial que treballarem de forma no competitiva.

Introduïrem, aprendrem i perfeccionarem els aspectes de tàctica, tècnica i estratègia d'aquest esport d'oposició.

Desenvoluparem i millorarem els conceptes bàsics de tècniques de peu i de terra.

Una activitat amb un gran component de disciplina per aconseguir que l'alumne assoleixi amb fluïdesa els moviments i gests tècnics amb bon control.

Cal portar quimono.

### Patinatge artístic

Activitat diferenciada pel grup d'edat.

En el patinatge artístic desenvoluparem i treballarem tant les capacitats físiques com les artístiques i expressives.

En la part tècnica, adequant-la a l'edat i coneixement del participant s'aprenen progressivament salts, equilibris, piruetes, desplaçaments ...

En la part expressiva si treballa el sentit musical, l'harmonia del moviment, el ritme i la coordinació.

S'elaboraran coreografies individuals adaptades al nivell de cada patinador/a i coreografies grupals de final de curs.

Cal saber patinar.

Cal portar patins de 4 rodes i roba esportiva (malles o xandall) per entrenar i mallot per les competicions de pas de nivell (opcionals).

## Activitats expressives i creatives

### Teatre

Grup de continuïtat dels alumnes de l'Escola Joan Miró.

Potenciarem la creativitat i espontaneïtat mitjançant la posada en escena d'una obra teatral, valorant l'expressió oral i corporal com a vehicle de relació i desinhibició.

L'objectiu és arribar a crear, interpretar i representar una obra final.

## Esports col·lectius

### Futbol sala i Bàsquet amb competició escolar CEEB

Els grups d'activitat estan diferenciats per edat.

En els esports d'equip treballarem i desenvoluparem les diferents capacitats com la velocitat, la resistència, la coordinació, la flexibilitat o la força. Adaptarem els entrenaments als objectius i continguts tècnics i tàctics propis de l'esport que es practiqui.

Fomentarem el treball en equip tant tècnic, tàctic com el treball en valors com el companyerisme, respecte, solidaritat, confiança ...

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.

### Ultimate

Esport d'equip sense contacte que combina elements del futbol, del bàsquet i del rugby. Es juga amb un disc volador.

Cal portar roba i calçat esportiu.

### Sport lúdic

Proposta que combina dos blocs esportius.

**La Roda Esportiva** on treballarem i desenvoluparem les qualitats físiques i aprendrem el reglament, la tècnica, tàctica i estratègia de diferents esports col·lectius amb l'objectiu de desenvolupar dinàmiques de joc.

L'**Acrosport**, on treballarem la formació de figures humanes i piràmides, acrobàcies, salts i piruetes.

Desenvoluparem especialment la força, la flexibilitat i l'equilibri en aquest esport acrobàtic on el treball en grup és fonamental.

Cal portar roba i calçat esportiu.



## Normativa extraescolars 21-22

Les activitats començaran a partir de **divendres, 1 d'octubre**.

Per tal de poder participar en les activitats caldrà haver omplert totes les dades precises de la fitxa d'inscripció i satisfer l'import en concepte de 1r pagament (excepte acollida).

El pagament de les quotes es realitzarà mensualment mitjançant domiciliació bancària en les següents dates:

De l'1 al 5 de cada mes

Els rebuts impagats (retornats del banc o efectius fora de termini) tindran un recàrrec de 4,25€. **No es permetrà l'accés a les activitats als alumnes amb rebuts pendents de pagament.**

En cas de baixa d'una activitat s'haurà de pagar l'import del mes o mesos iniciats.

La recollida de l'alumnat de l'escola Joan Miró que participi en les activitats a les 17 h s'iniciarà el mateix divendres, 1 d'octubre, sent recollits pels monitors/es a les 16.30 h.

Per a facilitar el bon funcionament de les activitats, no és permès que les famílies accedeixin a la instal·lació durant l'horari d'activitat. A final de curs, es realitzaran festivals i jornades de portes obertes si la situació pandèmica ho permet.

Únicament els dies de portes obertes i festivals es permetrà fotografiar o filmar l'activitat dels alumnes.

En cas de pluja, quedaran suspeses les activitats que es realitzin a la pista exterior, tanmateix el monitor/a restarà a la instal·lació durant l'horari d'activitat realitzant activitats complementàries.

La sortida dels infants es realitzarà al pati de l'escola, l'accés per fer la recollida, es farà per la porta metàl·lica de l'escola. Preguem puntualitat doncs el monitor/a corresponent s'ha de fer càrrec d'un altre grup.

Cal avisar de la no assistència a l'activitat en la mesura que sigui possible.

En cap cas deixarem marxar sols als alumnes un cop acabada l'activitat (extraescolar, competició o altres) si no s'ha autoritzat prèviament a la inscripció. Si es vol autoritzar cal adreçar-se al coordinador d'extraescolars.

Les activitats s'organitzaran seguint el calendari escolar. En els dies de festa de "lliure disposició" del Centre, **les activitats extraescolars quedaran suspeses.**

L'alumnat ha de portar la roba adequada per a realitzar l'activitat. Consulteu la descripció de les activitats.

Per a les activitats realitzades en gimnàs o pista interior cal portar un calçat diferent del que s'utilitza per anar pel carrer (sola neta).



## Normativa extraescolars 21-22

Per a jugar els partits de **futbol sala** o **bàsquet** és obligatori portar la vestimenta representativa del centre. Les equipacions (per aquells que no la tinguin) cal encarregar-les a:

<b>Lloc:</b>	<b>Víctor Sport.</b> Aragó,375 (cantonada Roger de Flor)	
<b>Dies:</b>	De dilluns a dissabte <b><u>a partir del 20 de setembre</u></b>	
<b>Horari:</b>	De 9.30 a 13.30 h i de 16.30 a 20 h Dissabtes de 10 a 13.30 h	
<b>Cost:</b>	<b>Futbol Sala</b>	<b>22,00€</b> (samarreta, pantaló i estampació)
	<b>Bàsquet:</b>	<b>22,00€</b> (Samarreta, pantaló i estampació)

No es podrà encarregar l'equipació per telèfon haurà de fer-se presencialment i sempre donant el número de dorsal assignat per l'entrenador/a.

Els jugadors/es que no tinguin número de dorsal, podran encarregar l'equipació, però hauran de parlar amb l'entrenador/a el primer dia d'activitat per tal que els hi assigni i posteriorment comunicar el número.

Caldrà abonar l'equipació en el moment d'encarregar-la. Les equipacions triguen un mínim de 10 dies a ser lliurades.

Una setmana abans d'iniciar la lliga escolar del CEEB, els nens/es participants rebran el calendari amb els dies de competició, la normativa de funcionament i una autorització que caldrà signar per part dels pares o tutors.

Per a demanar més informació o per a qualsevol consulta, modificació de dades, canvi o baixa de l'activitat cal adreçar-se al:

<b>Coordinador d'activitats:</b>	Alfonso Torres
<b>Horari d'atenció:</b>	dimarts i dimecres de 17 a 18.30 h

o es pot trucar al tel 627 590 169 de dilluns a dijous de 17 a 19.30 hores o contactar amb nosaltres a través de l'e-mail a **[contacta@ae-eixample.cat](mailto:contacta@ae-eixample.cat)**