

EXTRAESCOLARS ESPORTIVES

JOAN BARDINA - CURS 21/22

TARIFA PLANA

Tot inclòs amb una quota mensual: casals i extraescolars!



El Club Esportiu Esport i Salut Catalunya (gestor dels casals d'estiu, de setembre i de Nadal) tindrà la gestió administrativa de les extraescolars a l'escola.



ESPORT I FAMÍLIA

Activitats per gaudir de l'esport amb la nostra família a l'escola.

NOUS PROGRAMES

Proposem noves extraescolars com: handbol, volei i beisbol (dins dels esports habituals).

ESPORTS DE REFERÈNCIA

L'Escola porta temps treballant esports i volem tenir de referència: el futbol sala, la dansa i el taekwondo.

JUGUEM

Tallers esportius mensuals i per classes.

LINK PER APUNTAR-VOS AL CASAL DE SETEMBRE:

<https://forms.gle/Un9uhKMPTzUtXv4f6>

LINK PER APUNTAR-VOS A LES EXTRAESCOLARS:

<https://forms.gle/Qm4BKbit1dKdLXq79>

EXTRAESCOLARS ESPORTIVES

JOAN BARDINA - CURS 21/22

Volem traslladar la felicitat que hem obtingut durant el casal d'estiu a totes les tardes de les extraescolars. Farem amics, aprendrem valors esportius, farem *esport i salut...*

Jocs, reptes esportius, gimcanes, sortides, trobades amb i sense competició, desenvolupament lúdic, diversió.

***IMPORTANT:** Durant les dues últimes setmanes de setembre, podreu provar TOTES les activitats extraescolars de forma gratuïta. Entenem que potser no teniu clar que triar, o no sabem quins esports ens agraden i quins no. Així doncs, podrem fer una mica de tot per decidir!

1. EL CLUB

Durant el curs 21/22, el CLUB ESPORTIU ESPORT I SALUT CATALUNYA serà l'entitat que gestionarà administrativament les extraescolars a l'escola.

L'objectiu és poder ampliar l'oferta d'esports que s'estan oferint i sobretot, unificar preus per tal que les famílies tingueu encara més facilitats de pagament de cara als casals d'estiu, de setembre i de nadal.

El Club i l'Escola estem treballant cap a la mateixa direcció per tal que els continguts de l'educació física que es fan a les classes i les extraescolars estiguin coordinats i complementats.

Hem proposat nous programes, que us els expliquem a continuació, i també hem volgut mantenir totes aquelles extraescolars que funcionen i molt bé.

Sempre que tingueu qualsevol dubte entorn a les extraescolars o al casal ens podeu escriure a nchozas@joanbardina.com.



2. LES EXTRAESCOLARS TRADICIONALS

Fins ara, l'escola ha apostat per uns esports clàssics i tradicionals que agraden, i per suposat, tota aquesta secció la mantenim.

Com a esports tradicionals tindrem:

- Futbol
- Bàsquet
- Dansa
- Patinatge
- Volei
- Handbol
- Beisbol

El volei, el handbol i el beisbol són tres incorporacions noves que han sorgit a demanda de l'alumnat.

Fixeu-vos bé en els horaris del final del document!

DIVERESPORT I REPTES: és una alternativa que donem per aquells nens i nenes que encara no tenen clar l'esport que volen fer. Serà un espai on els anirem provant tots, potser per dies o potser per trimestres i així no se sentiran obligats/ades a triar.

3. NOUS PROGRAMES

PROGRAMA JUGUEM AMB CLASSE - REPTES

Durant el curs 2021-2022 volem iniciar una proposta de reptes per classes. La nostra idea és, mensualment, treure uns reptes o activitats on les diferents classes es podran apuntar i convertir l'espai d'extraescolars en un temps on l'alumnat, amb l'ajuda dels responsables de l'activitat, aprenguin jugar i a competir amb altres grups. Si la normativa del curs vinent és la mateixa que la d'aquest curs, funcionarem per grups bombolla.

Per exemple, un possible repte seria: si a les classes d'educació física estem fent bàsquet, podem muntar un repte on durant dues tardes a la setmana fem partidets de bàsquet.

Els dies de la setmana que fem reptes sempre seran els mateixos, i simplement el contingut de la sessió anirà canviant. Cada mes us enviarem informació del tipus de repte que faríem aquells dies.

"Els reptes fan que la vida sigui interessant. Superar-los és el que fa que la vida tingui sentit."

Ralph Waldo Emerson. Escriptor i filòsof

ESPORT I FAMILIA

Pensem que pel bon desenvolupament esportiu dels infants, és imprescindible que associïn l'esport a moments de felicitat. És evident que amb els seus amics i amigues tenen aquests moments de felicitat, però ens sembla molt important que puguin compartir vivències esportives dins d'un entorn familiar.

L'escola és un molt bon espai per poder reunir-nos i fer Esport i Família. Us proposem activitats conjuntes, entre setmana o els caps de setmana, tant a l'escola com fora de l'escola (sempre seguirem la normativa vigent).

Aquestes jornades d'esport i família us les comunicarem un cop hagi començat el curs, i ho farem també amb la col·laboració i coordinació de l'AFA. Per tant, aneu preparant les bambes i la roba esportiva de cara al curs vinent. Esport a l'escola, curses a Sant Ramon o gimcanes pel riu, entre altres activitats en família.



4. SEMPRE GUANYAREM!

Nosaltres creiem que la competició és important, sempre i quan sigui emprada com un mitjà educatiu i buscant dos grans valors olímpics i de l'esport.

1. **L'Excel·lència esportiva:** Hem d'aconseguir fer-ho cada cop millor, no per ser millor que els i les altres, sinó per superar-nos a nosaltres mateixos.
2. **L'Amistat esportiva:** Hem d'aconseguir que després de la pràctica esportiva siguem més amics que quan hem començat, plens de valors esportius i amb un total respecte per àrbitres, companys/es, rivals...

També creiem que tothom té dret a millorar, no tan sols els millors/es. No només es valora el resultat, sinó tot l'esforç que fem.

Es per això que després de cada competició haurem de guanyar amics, respecte, evolució personal, d'equip i amb tot això el resultat ens és el de menys.

Els nostres gols són que tothom participi, els nostres punts que tinguem respecte, la nostra millor puntuació que descobrim l'evolució lúdica esportiva.

Millorem, ens divertim i fem esport.

5. TARIFA PLANA

Un dels canvis més importants que volem impulsar aquest curs 2021-2022 és la Tarifa Plana.

Com molt i moltes ja sabeu, el Club és l'entitat que organitza els casals d'estiu, de setembre i de nadal. Cada cop que arriba el casal (sobretot el d'estiu, que és on comptem amb més famílies), cal fer un sobre esforç a l'hora de fer els pagaments. Nosaltres, que hem intentat des del primer moment facilitar les coses al màxim, ja dividim en 5 rebuts la quota del casal d'estiu.

Volem treure una nova quota on, cada mes, pagareu un import amb el qual tindreu inclòs: casals (D'ESTIU I DE SETEMBRE)) i extraescolars. Depenent de la quantitat de dies que vulgueu fer d'extraescolars esportives la quota serà una o altre. Això farà que quan arribin els casals no ens preocuparem de les quotes, doncs ja ho tindrem tot inclòs (excepte l'acollida i el menjador).

Les extraescolars comencen a l'octubre i el mes de setembre que pagareu correspondrà al casal de setembre que tindreu inclòs. Durant el setembre, les extraescolars seran gratuïtes per tota l'escola.

6. SETEMBRE: HO PROVEM TOT!

El curs vinent, i com a novetat, començarem les extraescolars al setembre. La nostra idea és que les dues primeres setmanes d'escola, que són les dues últimes de setembre, seran gratuïtes i ens serviran per poder provar totes les disciplines i decidir quina volem fer.

En el formulari de les extraescolars està tot explicat: heu d'omplir el formulari sense posar les vostres dades bancàries i abans de l'1 d'octubre haureu de tonar-lo a omplir amb les inscripcions definitives i tota l'informació.

Per molt que proveu uns esports durant el setembre no cal que el trieu a l'octubre. Però si teniu dubtes, si que us recomanem que al setembre feu un tastet de tot.

7. SETEMBRE: CASAL

Del 30 d'agost al 10 de setembre fem dues setmanes de casal. L'horari serà de 9h a 14h amb menjador de 14h a 16h.

El casal de setembre també formarà part de la Tarifa Plana, en cas que l'agafeu.

SORTIDES PRIMERA SETMANA DE SETEMBRE
INFANTIL: BOSC ENCANTAT
PRIMER I SEGON: BOSC ENCANTAT
TERCER I QUART: BOSC ENCANTAT
CINQUÈ I SISÈ: BOSC ENCANTAT
1R I 2N ESO: BOSC ENCANTAT

SORTIDES SEGONA SETMANA DE SETEMBRE
INFANTIL: ACTIVITATS DE MAR
PRIMER I SEGON: ACTIVITATS DE MAR
TERCER I QUART: ACTIVITATS DE MAR
CINQUÈ I SISÈ: ACTIVITATS DE MAR
1R I 2N ESO: PORT AVENTURA

(El grup de sisè aïnrà la segona setmana al Refugi)

Us adjuntem la revista que van tenir al juny i juliol per tal que us feu una idea global del casa.

LINK PER APUNTAR-VOS AL CASAL DE SETEMBRE:

<https://forms.gle/Un9uhKMPTzUtXv4f6>

8. PREUS

	1 DIA D'EXTRAESCOLARS	2 DIES D'EXTRAESCOLARS	3 DIES D'EXTRAESCOLARS	4 DIES D'EXTRAESCOLARS	5 DIES D'EXTRAESCOLARS
SENSE TARIFA PLANA	25	28,5	38,50	43,50	50
AMB TARIFA PLANA	50,5	53,65	62,65	67,15	73

Aquests són els preus que tindrem durant el curs 21-22. Si vosaltres trieu el preu amb tarifa plana tindreu:

- Els dies que us toquin d'extraescolars.
- El casal d'estiu.
- El casal de setembre: al setembre farien les dues primeres setmanes casal i les dues últimes setmanes extraescolars. Recordem que les extraescolars començaran quan començi l'escola.
- Els i les germanes, a la quota de juliol (que correspondrà a l'última quota del curs, tindreu 25 euros de descompte).

9. HORARIS

EDUCACIÓ INFANTIL DE 17:00 A 18:30

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
EDUCACIÓ INFANTIL				
Iniciació Esportiva	Iniciació Esportiva	Iniciació Esportiva	Iniciació Esportiva	Iniciació Esportiva
Dansa		Dansa		Futbol
	Taekwondo		Taekwondo	

9. HORARIS

PRIMER, SEGON I TERCER DE PRIMÀRIA DE 17:00 A 18:30

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
PRIMER, SEGON I TERCER DE PRIMÀRIA				
Futbol		Futbol		
	Dansa		Dansa	
	Taekwondo			Taekwondo
		Bàsquet		Bàsquet
Patinatge		Patinatge		
	Handbol		Handbol	
	Diveresport i reptes		Diveresport i reptes	

9. HORARIS

QUART, CINQUÈ I SISÈ DE PRIMÀRIA DE 17:00 A 18:30

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
QUART, CINQUÈ I SISÈ DE PRIMÀRIA				
	Futbol		Futbol	
Dansa		Dansa		
	Bàsquet		Bàsquet	
	Taekwondo			Taekwondo
Volei		Volei		
Beisbol	Handbol	Beisbol	Handbol	
Diveresport i reptes		Diveresport i reptes		

9. HORARIS

SECUNDÀRIA
DE 18:30 A 20:00

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
PRIMER, SEGON, TERCER I QUART DE L'ESO				
	Futbol			Futbol
Dansa		Dansa		
	Bàsquet		Bàsquet	
	Taekwondo			Taekwondo
Volei		Volei		
	Handbol		Handbol	
Beisbol		Beisbol		