

PROPOSTA EXTRAESCOLARS PER A L'ESCOLA ARRELS CURS 2023-2024

AE FS ARRELS



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

Escola
Arrels ^{it}

INFANTIL

- ACOLLIDA
- CUSTÒDIA
- DEIXAR VOLAR LA CREATIVITAT
- ESCOLA D'IDIOMES ANGLÈS
- LEGO ROBÒTICA
- MOU-TE I BALLA
- MULTIESPORT
- PSICOMOTRICITAT I JOCS
- TEATRE I DRAMATITZACIÓ
- FUTBOL SALA
- GIMNÀSTICA RÍTMICA
- PATINATGE ARTÍSTIC

PRIMÀRIA

- ACOLLIDA
- CUSTÒDIA
- DEIXAR VOLAR LA CREATIVITAT
- DIBUIX I CÒMIC
- DISSENY DE VIDEOJOCS
- ESCACS
- ESCOLA D'IDIOMES ANGLÈS
- L'AVENTURA ÉS LA LECTURA
- MOU-TE I BALLA
- MULTIESPORT
- PSICOMOTRICITAT I JOCS
- TEATRE I DRAMATITZACIÓ
- ZUMBA I DANSES URBANES
- FUTBOL SALA
- GIMNÀSTICA RÍTMICA
- PATINATGE ARTÍSTIC
- VOLEIBOL

LES ACTIVITATS FINALITZEN EL 21 DE JUNY DE 2024

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
AL SEGÜENT [ENLLAÇ](#)

ACOLLIDA

TOT EL MES DE 7:45 A 8:50 HORES PREU 54 €, 2 DIES PER SETMANA 27 €
TOT EL MES DE 8:15 A 8:50 HORES PREU 35 €, 2 DIES PER SETMANA 18 €
TOT EL MES DE 8:00 A 8:50 HORES (GERMANS ESO) PREU 28 €
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.



CUSTÒDIA

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 por 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 qué ens sentim còmodes i expressar-ho.

DIMECRES PER P5 A 2N
DILLUNS PER 3R A 6È
PREU MENSUAL 28 €

P5 I 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 PER 1R A 6È
PREU MENSUAL 29 €

PRIMÀRIA



DISSENY DE VIDEOJOC

Oferim l'activitat de disseny de videojocs a partir de programes i entorns específics per a l'ensenyament de programació

Usar un videojoc és molt diferent de programar un videojoc.

Als i les alumnes els agrada crear, la diversió i l'aprenentatge van de la mà.

La finalitat és desenvolupar activitats enfocades a treballar el seu pensament computacional i a desenvolupar competències imprescindibles en la seva vida laboral i personal.

El Mètode Play Code desenvolupa en l'alumne/a habilitats i competències per a la vida com ara el treball en equip, la resolució de problemes, la capacitat d'aprendre, a més de la competència digital.

Està basat en l'aprenentatge a través del descobriment, aconsegueix el desenvolupament de competències clau, entre d'altres.

Amb un programa adaptat per nivells i edats, abastem des d'infantil fins a batxillerat, i l'alumnat progressa any rere any aprofundint en els coneixements.

Busquem que l'alumne/a faci ús de les noves tecnologies per a resoldre problemes, crear, expressar-se i, en definitiva... canviar el món.

DIVENDRES PER 1R A 6È
PREU MENSUAL 31 €

PRIMÀRIA



ESCACS

Potenciem l'apartat lúdic i formatiu dels escacs. Es treballa amb una base tècnica, però l'objectiu és que els alumnes 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 PER 1R A 6È
PREU MENSUAL 28 €

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.

DIMECRES PER P3 (SI LA PISCINA ÉS
DIMECRES PASAREM L'ACTIVITAT A DIJOUS)
PREU MENSUAL 36 €
DIMARTS I DIJOUS PER P4 I P5
PREU MENSUAL 59 €
MATRÍCULA 50 €/ MATERIAL 30 € +/-

INFANTIL



ESCOLA D'IDIOMES ANGLÈS

DILLUNS I DIMECRES PER 1R I 2N, I PER 5È I 6È
DILLUNS I DIMECRES O DIMARTS I DIJOUS PER 3R I 4T
PREU MENSUAL 59 €
MATRÍCULA 50 € / MATERIAL 30 € +/-

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 continuï 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.

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
PREU MENSUAL 73 €
MATRÍCULA 50 € / MATERIAL 30 € +/-

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?

DIJOUS PER 3R A 6È
PREU MENSUAL 28 €

PRIMÀRIA



LEGO ROBÒTICA

DIMECRES PER P4 I P5
PREU MENSUAL 31 €

INFANTIL

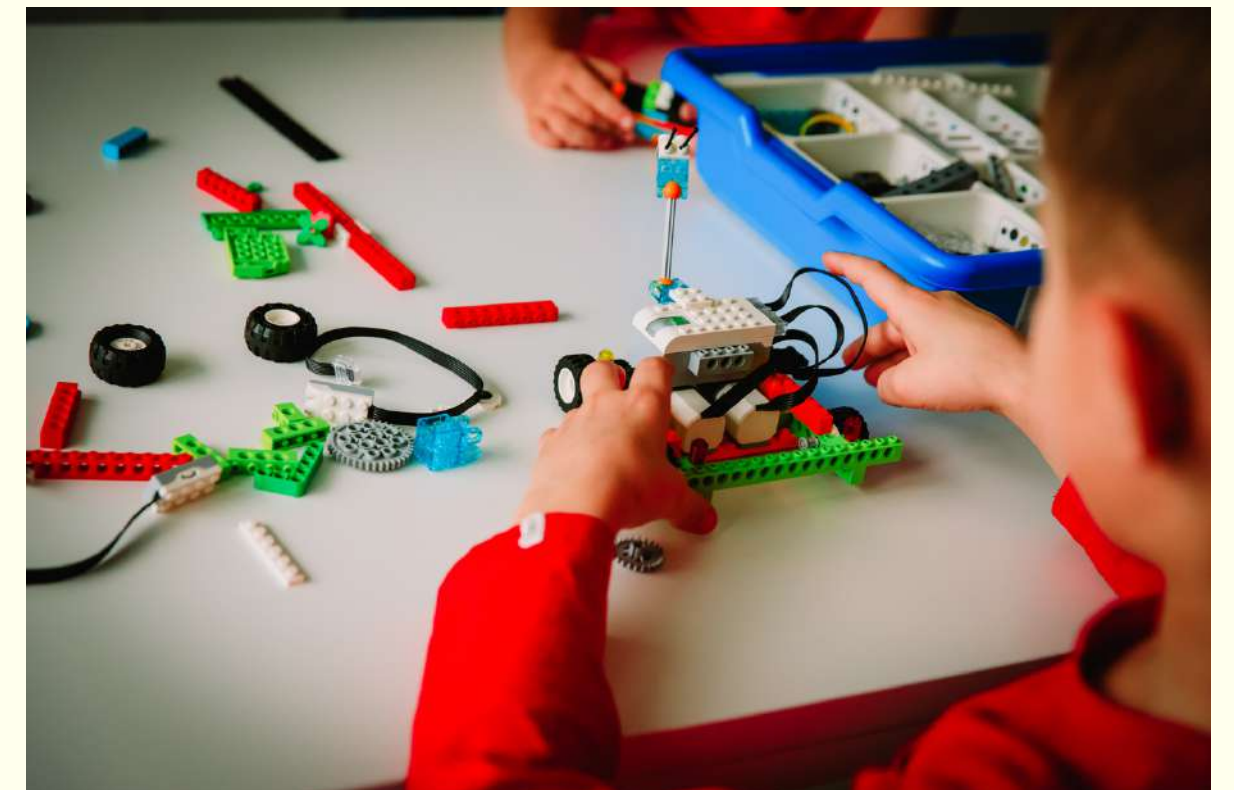
En aquesta activitats, treballarem el món de les TICS mitjançant programació, robòtica, ciència, disseny 3D i altres eines. Amb aquesta activitat, el Mètode Play Code aconseguirà, a través del joc, el desenvolupament de competències claus com el treball en equip, ser creatius, tenir un pensament crític, treballar la lògica matemàtica i l'expressió oral i digital.

La robòtica és una combinació de disciplines que uneixen la mecànica clàssica amb el món de la programació i la informàtica. Els infants experimentaran en el món físic amb allò que han programat en el món virtual. També poden dissenyar i fabricar allò que han programat.

A través d'apassionants reptes, els alumnes aprendran a crear els seus primers robots i els programaran en equip amb els seus companys.

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

Fancesco Tonucci



MOU-TE I BALLA

Es proposa la pràctica de diferents tipus de balls i ritmes per treballar la coordinació de les diferents parts del cos, la lateralitat, l'ús d'ambdós hemisferis cerebrals, l'orientació espacial, així com la integració del grup per aconseguir una finalitat comuna, l'aspecte de l'espai de l'altre i els sentiments d'empatia i unitat que generen la música i el moviment a l'uníson. Tot en un ambient lúdic i divertit treballant amb valors com la concentració, el respecte, l'ajuda, l'esforç...

OBJECTIUS

- Desenvolupar l'observació, la percepció corporal i espacial.
- **Desenvolupar la coordinació del moviment amb la música.**
- **Prendre consciència de la relació que tenen entre sí les diferents parts del cos.**
- **Adquirir nocions de la música com pulsació, ritme, compàs, frase musical, etc.**
- **Gaudir del moviment del propi cos, descobrir les seves possibilitats i respectar les diferències amb els altres.**
- **Apropar-se vivencialment a diferents cultures a través de la seva música i maneres de moure's.**

CONTINGUTS

Balls de saló (salsa, tango...), Balls circulars, Balls individuals (jazz dance, percussió corporal, dansa africana...).

DIMECRES DE P4 A 2N
PREU MENSUAL 28 €

INFANTIL I 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 molt crucial per seguir amb el desenvolupament dels nens 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 amb els jocs i activitats que els monitors 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 alumnes 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.

DIVENDRES PER P5 A 2N
PREU MENSUAL 28 €

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 nens 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: Respecte, compartir, superació, companyonia, tolerància.

OBJECTIUS: Socialització del nen 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 DE P3 A P5
PREU MENSUAL 28 €

INFANTIL



TEATRE I DRAMATITZACIÓ

Descobreix el món màgic del teatre amb nosaltres!

Vine i 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.

DIMECRES PER INFANTS DE P4 A 1R
PREU MENSUAL 28 €

INFANTIL I PRIMÀRIA



ZUMBA I DANSES URBANES

Aquesta activitat pretén reconèixer el ritme i poder-lo traslladar en moviment, treballant la motricitat i l'oïda musical. Es buscarà augmentar la memòria coreogràfica i una millora en l'expressió corporal, lateralitats i funcions motrius. L'activitat té com a objectiu apropar-nos una mica al Hip Hop, ballant diverses coreografies que mostren fusió d'estils i tendències, d'elements i energies diferents. Una classe plena de força i energia on l'alumnat pot millorar la seva expressivitat, capacitat de memorització i presència escènica.

OBJECTIUS

- Aprendre a interpretar la música i adequar el moviment i millorar 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 en els infants 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.

DIJOUS PER INFANTS DE 1R A 6È
PREU MENSUAL 28 €

PRIMÀRIA



FUTBOL SALA

2 DIES D'ENTRENAMENT + PARTITS EN DIVENDRES O DISSABTE MATÍ.
PER INFANT DE P4 FINS A 2N PRIMÀRIA

És fonamental que els infants practiquin algun esport, no només perquè necessiten fer activitat física sinó també perquè l'esport és font de socialització i d'aprenentatge. El futbol sala és un esport que portem ensenyant a la nostra Escola Arrels des de 1983 amb un creixement important al llarg d'aquestes quasi quatre dècades. 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 grups 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.

En començar competició, s'ha d'ensenyar al grup de nenes i nens 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, estem a una fase de perfeccionament de tot el que s'ha après. S'augmenta el grau de complexitat en els exercicis i activitats, així com 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.

CURSOS SEGONS HORARIS
PREU MENSUAL 43 €

INFANTIL I PRIMÀRIA LLIGA DE L'AMISTAT



FUTBOL SALA

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

És fonamental que els infants practiquin algun esport, no només perquè necessiten fer activitat física sinó també perquè l'esport és font de socialització i d'aprenentatge. El futbol sala és un esport que portem ensenyant a la nostra Escola Arrels des de 1983 amb un creixement important al llarg d'aquestes quasi quatre dècades. 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 grups 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.

En començar competició, s'ha d'ensenyar al grup de nenes i nens 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, estem a una fase de perfeccionament de tot el que s'ha après. S'augmenta el grau de complexitat en els exercicis i activitats, així com 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.

CURSOS SEGONS HORARIS
PREU MENSUAL 49 €

PRIMÀRIA A JUVENIL

CEEB



FUTBOL SALA

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

El futbol sala és un esport que ensenyem a l'Escola Arrels des de 1983 amb un creixement important al llarg de més de quatre dècades.

L'evolució natural dels 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 colectiva.
- 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...

CURSOS SEGONS HORARIS
PREU MENSUAL 54 €

PRIMÀRIA A SÈNIOR

FCF



GIMNÀSTICA RÍTMICA

AsoGym és una associació esportiva especialitzada en activitats esportives i de lleure 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

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 PER P5 A 2N DE 17 A 18:30 HORES
DIMARTS PER 3R A 6È I ESO DE 17 A 18:30 HORES
PREU MENSUAL 39 €

P5, PRIMÀRIA I ESO



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 petits 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 cursos 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.)

CURSOS SEGONS HORARIS
PREU MENSUAL 44 €

INFANTIL I PRIMÀRIA



PATINATGE ARTÍSTIC INTERESCOLAR

3 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 petits 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 cursos 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.)

CURSOS SEGONS HORARIS
PREU MENSUAL D'3 DIES SETMANALS 57 €

ESO



VOLEIBOL

(A l'Escola Timbaler del Bruc)

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

El voleibol és un esport d'equip on 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 PER INFANTS DE 5È A ESO
PREU MENSUAL 40 €

PRIMÀRIA I ESO



RESUM ACTIVITATS LLEURE

Curs	Activitat	Dies i horari	Preu mensual	Preu 1 dia	Preu 2 dies
P3-ESO	Acollida	7:45 a 8:50 / 8:15 a 8:50	54 € / 35 €	6 €	27 € / 18 €
P3 a 6è	Custodia	17:00 a 18:00 hores	45 €	6 €	20 €
P5 a 6è	Deixa volar la creativitat	P5 a 2n dimecres, // 3r a 6è dilluns	28 €		
1r a 6è	Dibuix i còmic	dimarts	29 €		
1r a 6è	Disseny de videojocs	divendres	31 €		
1r a 6è	Escacs	dijous	28 €		
P3	Escola d'idiomes Bekith	dimecres (dijous si la piscina és dx)	36 €		
P4 a 6è	Escola d'idiomes Bekith	dll i dx (1r i 2n), (3r i 4t) i (5è i 6è) dimarts i dijous (P4 i P5) i (3r i 4t)	59 €		
ESO	Escola d'idiomes Bekith	dimarts i dijous	73 €		
3r a 6è	L'aventura és la lectura	dijous	28 €		
P4 i P5	Lego robòtica	dilluns	31 €		
P4 a 2n	Mou-te i balla	dimecres	28 €		
P5 a 2n	Multiesport	divendres	28 €		
P3 a P5 i 1r	Psicomotricitat i jocs	dilluns	28 €		
P4 a 1r	Teatre i dramatització	dimecres	28 €		
1r a 6è	Zumba i danses urbanes	dijous	28 €		

QUADRE ACTIVITATS

ACTIVITAT	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DEIXAR VOLAR LA CREATIVITAT	de 3e a 6è		d'15 a 2n		
DIBUIX-CÒMIC		de 1r a 6è			
DISSENY DE VIDEOJOCS					de 1r a 6è
ESCACS				de 1r a 6è	
ANGLÈS Infantil		14 i 15	13	14 i 15	
ANGLÈS Primària	1r i 2n / 3r i 4t / 5è i 6è	3r i 4t	1r i 2n / 3r i 4t / 5è i 6è	3r i 4t	
ANGLÈS ESO		ESO		ESO	
L'AVENTURA ÉS LA LECTURA				de 3r a 6è	
LEGO-ROBÒTICA			14 i 15		
MOU-TE I BALLA			d'14 a 2n		
MULTIESPORT			d'15 a 2n		

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER
L'AJUNTAMENT DE BARCELONA

Ajuntament de
Barcelona



QUADRE ACTIVITATS

ACTIVITAT	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
PSICOMOTRICITAT I JOCS	d'13 a 15				
TEATRE I DRAMATITZACIÓ			d'14 a 1r		
ZUMBA I DANSES URBANES				de 1r a 6è	
FUTBOL SALA Infantil i Primària - Lliga Amistat	Horari segons equip				
FUTBOL SALA Primària a Juvenil - Ceeb	Horari segons equip				
FUTBOL SALA Primària a Sènior - FCF	Horari segons equip				
GIMNÀSTICA RÍTMICA		d'15 a 2n		de 3r a 4t ESO	
PATINATGE ARTÍSTIC Infantil i Primària	Horari segons equip				
PATINATGE ARTÍSTIC ESO	Horari segons equip				
VOLEIBOL		de 5è a 4t ESO		de 5è a 4t ESO	

ACTIVITATS HOMOLOGADES PER
L'AJUNTAMENT DE BARCELONA

Ajuntament de
Barcelona



HORARI ACTIVITATS ESPORTIVES

CURS	FUTBOL SALA CEEB	PREU	VOLEIBOL	PREU	GIMNÀSTICA RÍTMICA	PREU
P4 I P5	Dll de 17:00 a 18:10 h / Dx de 17:00 a 18:10 h	43 €			(P5) Dj de 17:00 a 18:30 h a Escola Timbaler del Bruc	39 €
1r i 2n	Dm de 17:00 a 18:10 h / Dj de 17:00 a 18:10 h	43 €			Dj de 17 a 18:30 hores a Escola Timbaler del Bruc	39 €
3r	Dll de 18:10 a 19:05 h / Dx de 17:35 a 18:35 h	49 €			Dm de 17 a 18:30 hores a Escola Timbaler del Bruc	39 €
4t	Dll de 17:35 a 18:35 h / Dx de 18:10 a 19:05 h	49 €			Dm de 17 a 18:30 hores a Escola Timbaler del Bruc	39 €
5è	Dll de 18:35 a 19:35 h / Dx de 19:05 a 20:00 h	49 €	Dm i dj de 18:35 a 19:35 hores a Escola Timbaler del Bruc	40 €	Dm de 17 a 18:30 hores a Escola Timbaler del Bruc	39 €
6è	Dll de 19:05 a 20:00 h / Dx de 18:35 a 19:35 h	49 €	Dm i dj de 18:35 a 19:35 hores a Escola Timbaler del Bruc	40 €	Dm de 17 a 18:30 hores a Escola Timbaler del Bruc	39 €
5è, 6è, ESO femení	Dm de 18:10 a 19:05 h / Dj de 18:10 a 19:05 h	49 €				
1r ESO	Dm de 19:05 a 20:00 h / Dj de 19:05 a 20:00 h	49 €	Dm i dj de 18:35 a 19:35 hores a Escola Timbaler del Bruc	40 €	Dm de 17 a 18:30 hores a Escola Timbaler del Bruc	39 €
2n ESO	Dll de 19:35 a 20:35 h / Dx de 20:00 a 21:00 h	49 €	Dm i dj de 19:35 a 20:35 hores a Escola Timbaler del Bruc	40 €	Dm de 17 a 18:30 hores a Escola Timbaler del Bruc	39 €
3r I 4t ESO	Dm i dj de 20:00 a 21:00	49 €	Dm i dj de 19:35 a 20:35 hores a Escola Timbaler del Bruc	40 €		

HORARI FUTBOL SALA FEDERAT

CATEGORIA	HORARI	PREU MENSUAL
ALEVÍ A	Dm de 19:05 a 20 i dj de 18:10 a 19:05 h	54 €
ALEVÍ B	Dm de 18:10 a 19:05 i dj de 17 a 18:10 h	54 €
INFANTIL A	Dll de 19:35 a 20:35 h i dx de 20 a 21 h	54 €
INFANTIL B	Dll de 19:35 a 20:35 h. i dj de 19:05 a 20 h	54 €
CADET A	Dll de 20 a 21 h i dx de 19:35 a 20:35 h	54 €
CADET B	Dm i Dj de 20 a 21 h	54 €
JUVENIL A	Dm i dj de 20 a 21 h	54 €
JUVENIL B	Dm i dj de 20:45 a 21:45 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 €

HORARI PATINATGE ARTÍSTIC

CATEGORIA	HORARI	PREU MENSUAL
PREINICIACIÓ GRUP 1	Dll i dx de 17 a 18:10 h	44 €
INICIACIÓ GRUP 2	Dm i dv de 17 a 18:10 h	44 €
INTERMIG GRUP 3	Dll de 18:10 a 19:05 h i dv de 17 a 18:30 h	44 €
INTERMIG 2 GRUP 4	Dx de 18:10 a 19:05 h Dv de 18:30 a 19:30 h	44 €
AVANÇAT GRUP 5	Dll i dx de 19:05 a 20 h	44 €
PERFECCIONAMENT GRUP 6	Dll de 20 a 21 hores i dv de 19:30 a 20:30 h	44 €
INTERESCOLAR ESO	Dll de 20 a 21 hores i dv de 19:30 a 20:30 h Dv de 20:30 a 21:30 h.	57 €

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 2022 (**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**
 - 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

- Totes les inscripcions es realitzen exclusivament per internet, en la web de l'AE FS Arrels o formulari d'inscripció.
- 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 altres noves. En cas de ser necessari, s'obriran nous grups (si hi ha disponibilitat d'espais).
- 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.
- Per a un bon funcionament dels grups d'activitats, les inscripcions seran per tota l'activitat. No s'accepten inscripcions parcials.
- En fer la inscripció i una vegada validada la plaça, s'efectuarà un primer pagament d'una mensualitat que confirmarà la plaça. 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.
- Les famílies que tinguin rebuts encara sense abonar, no podran inscriure's en cap activitat fins que saldin aquest deute.
- Així mateix, els 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, octubre i novembre sencers i, quan es facin públiques les llistes definitives, es recalcularà l'import i es retornaran els diners cobrats de més, si s'escau.
- Les inscripcions son per tot el curs, però excepcionalment, si una família ha de donar de baixa a un infant o jove en una activitat extraescolar, 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 bé per disponibilitat d'espais. Oferirem a les famílies altres opcions per si son del seu interès.
- La inscripció d'un infant en una activitat, suposa l'acceptació de totes i cadascuna de 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 activitats extraescolars i esportives començaran el 7 de setembre i acabaran el 21 de juny, excepte gimnàstica rítmica que començaran el 3 d'octubre.
- 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.
- Sempre i en tot cas, els infants seguiran les instruccions dels monitors i monitores, tractant-se els uns als altres amb el respecte degut.
- És molt important la puntualitat a l'hora de recollir a l'alumnat i el retard es considera una falta de respecte envers els monitors.
- Els monitors podran demanar a les persones que recullen als infants DNI o autorització signada pel tutor/a, per a assegurar-se que la persona que recull l'alumne/a està reconeguda en la fitxa d'inscripció com a "Persona Autoritzada per a la Recollida". Si la família necessita puntualment la recollida per part d'una altra persona, hauran d'avisar al monitor/a o al coordinador/a de l'activitat.
- 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, mai es farà directament al monitor implicat.

Gràcies per
confiar en
nosaltres