

	<b>ACTIVITATS EXTRAESCOLARS</b>	<b>SAGRADA FAMÍLIA SABADELL</b>
---	---------------------------------	-------------------------------------

Benvolguts famílies,

A continuació us donem informació detallada de cadascuna de les activitats extraescolars que es duran a terme el proper curs 2021-22.

- ❖ Aquest any les inscripcions són de **forma online**, les podeu fer durant tot el mes de juny enviant el butlletí d'inscripció (formulari) que teniu en el correu electrònic i també a la pàgina web de l'escola. Data màxima: **dimecres 30 de juny**.
- ❖ El **dimecres 15 de setembre** es farà una **reunió informativa** per explicar el funcionament de cada una de les diferents activitats extraescolars.
- ❖ Per a qualsevol dubte o aclariment podeu escriure a l'adreça [extraescolars@safasabadell.com](mailto:extraescolars@safasabadell.com).

#### ACTIVITATS PER A PARES I MARES

- **JAZZ:** Dilluns de 16 a 17 h.
  - **FUTBOL SALA:** Dilluns de 20 a 21 h (pavelló).
  - **BÀSQUET:** Dilluns de 20 a 21 h (pista exterior).
  - **PILATES:** Dimarts de 19 a 20 h.
- ❖ Les activitats per a pares i mares de bàsquet i futbol sala tindran un preu de 20 euros, ja que no estan dirigides per cap entrenador. Pilates i Jazz: 30 euros.

# KARATE INFANTIL

- De P3 a P5 : Dijous de 17.30 a 18.45 h. **Edifici del carrer Indústria.**
- De 1r a 6è de Primària: Dilluns de 17.45 a 19 h. **SAFA**  
**i/o dimecres de 17.45 a 19 h. Edifici carrer**  
**Indústria.**
- ESO: Dilluns de 19 a 20 h **SAFA.**



Des de l'escola Dojo Sabadell, dirigim en aquests moments activitats extraescolars en centres d'educació i centres cívics, i veient l'èxit de l'activitat, quant a l'aprenentatge i la continuïtat dels alumnes, volem oferir les nostres classes al vostre centre.

La pràctica en general de les ARTS MARCIALS per part dels nens i nenes aporta molts beneficis a la seva formació, tant física com mental i espiritual.

Practicar karate per a un nen o nena ha de ser una activitat lúdica recreativa, formativa, que permeti, entre altres coses, dominar i conèixer el propi cos, concentrar-se, elevar **l'autoestima i la seguretat** en si mateixos.

A través del treball corporal, es va descobrint el cos, cosa que, sens dubte, ajuda a conèixer a si mateixos. A més, practicar Karate corregeix mals hàbits i postures no només físiques sinó també mentals i ensenya a respirar correctament.

En general, practicar aquesta disciplina afavoreix el rendiment escolar, ja que millora la **capacitat de concentració** i de seguir pautes, l'habilitat per al **treball en grup** i a prendre el temps necessari per a **observar, escoltar i expressar**.

En l'àmbit físic, es desenvolupa una gran flexibilitat, una bona habilitat motriu, tonicitat muscular, expressió corporal creativa, etc.

**PRE-KARATE:** Per a nens i nenes de 3 a 6 anys.

En aquesta etapa, de manera amena i divertida, els nens i nenes són introduïts suaument al món del karate, respectant i deixant-se respectar, canalitzant la seva energia, entrant en una etapa que els permet explotar les seves qualitats i els seus potencials.

Un dels principals beneficis en aquest cicle és que són capaços d'incrementar la seva atenció davant de qualsevol activitat: són estimulats per a pensar i escoltar abans de realitzar qualsevol acció.

**KARATE INFANTIL:** Per a nens i nenes de 7 a 10 anys.

En aquest moment es comença a tenir un ingrés més real al camí del karate, s'inicia formalment l'aprenentatge de formes, figures i tècniques, que els permeten endinsar-se a la disciplina de l'art marcial (Budo).

Cal tenir en compte que aquest grup i l'anterior es poden treballar de forma mixta, ja que no tots els/les alumnes tenen les mateixes capacitats de concentració, motricitat i lateralitat.

**KARATE JUVENIL:** Per a nens i nenes a partir d'11 anys.

En aquestes classes ja es treballa de manera molt similar a les d'adults, prestant principal atenció a donar suport i guiar el/la jove practicant, principalment en les etapes de combat i competició.

La disciplina i l'enfortiment són parts fonamentals. Desenvolupar un Budo (art marcial) manté els joves alerta de mals hàbits i els permet tenir una ocupació real i saludable durant el seu temps lliure.

## My GranChef:

Una activitat on els petits i els joves, **es diverteixen aprenent a cuinar** i a realitzar una dieta saludable.



- De 1r a 6è Primària: Dilluns de 17.45 a 19 h.
  - Aprendran a menjar de tot, de forma variada i saludable.
  - Àpats divertits.
  - Com ajudar al pare i la mare a la cuina.
  - Cada alumne realitza un plat cada dia de classe que es pot endur a casa.
  - Sorprendran a casa amb la realització dels seus primers plats, amb la supervisió dels adults.
  - Coneixeran els hàbits saludables d'alimentació.
  - Utilització correcta dels estris de cuina.
  - Tots els pares i alumnes tindran accés a una pàgina web on es troba tota la informació pas a pas, explicada de manera senzilla i divertida, de com fer cada plat que s'ha treballat a classe.

# **LEGO Education, Robòtica per al desenvolupament de les competències per al futur:**

## **De primer a tercer de Primària**

### **ROBOTIX 1**

Iniciació dels més petits amb LEGO Education WeDo.

Actuant com a científics i enginyers, els participants investiguen i comprenen el funcionament de les màquines i mecanismes del dia a dia com els engranatges, les palanques, les rodes i els eixos.

A més a més, s'inicien en la robòtica i programació a través d'activitats guiades i la resolució de reptes de la vida real.

També treballaran la metodologia MAKER i amb altres llenguatges de programació per crear videojocs per tal d'ampliar els seus coneixements.

## **De segon i tercer de Primària (s'ha d'haver participat a ROBOTIX 1)**

**ROBOTIX 2 / ROBOTIX 3** Més continguts i més projectes amb LEGO Education WeDo (continuació de ROBOTIX 1).

Partint del coneixement previ adquirit, els participants descobreixen nous conceptes de robòtica, programació de videojocs i construccions creatives MAKER amb la resolució de nous reptes de la vida real.

Es pot optar a la participació a la FIRST LEGO League Jr. On els més petits resoldran una problemàtica proposada a nivell internacional. Participaran al torneig FIRST LEGO League Jr. on aniran a posar en comú les seves solucions. Es prepara el repte durant l'extraescolar, la inscripció a la FIRST LEGO League Jr. no suposa cap cost extra per l'activitat.

## **De quart de Primària fins l'ESO**

### **ROBOTIX 4**

Iniciació amb LEGO MINDSTORMS Education.

Els participants dissenyen, construeixen i programen el seu propi robot amb LEGO® MINDSTORMS Education.

Aprenen a controlar el moviment del robot amb els diferents motors i sensors.

Tot això a través de la resolució de problemàtiques relacionades amb la vida real.

A part de la construcció i la programació de robots amb MINDSTORMS, els participants treballaran la metodologia MAKER i amb altres llenguatges de programació per tal d'ampliar els seus coneixements.

## **ROBOTIX 5 i ROBOTIX 6**

Més continguts i projectes amb EV3, MAKER i programació amb altres llenguatges per crear videojocs per tal d'ampliar els seus coneixements (continuació de ROBOTIX 4) Partint del coneixement previ adquirit, els participants dissenyen, construeixen i programen el seu propi robot LEGO® MINDSTORMS Education per resoldre diferents missions en un tauler de joc tematitzat. Es pot optar a la participació a la FIRST LEGO League, on els participants resoldran el repte proposat a nivell internacional i participaran al torneig FIRST LEGO League on aniran a posar en comú les seves solucions . Amb la participació a la FIRST LEGO League, es proposa fer una segona hora per ajudar als participants a preparar el repte. La inscripció no suposa cap cost extra per a l'activitat.

- Pagament únic inicial per a totes les opcions: Quota material: 25 €
- Quota d'un dia a la setmana 50 euros.
- Quota 2 dies per setmana 66 euros.

1r, 3r, 4t i 5è Primària: Dimecres de 13 a 14 h.

2n Primària: Dimecres de 14 a 15 h.

ESO: Dimecres de 14 a 15 h.

Opció First Lego League:

De 5è de Primària a ESO: Dimecres i divendres de 14 a 15 h, **amb opció dos dies a la setmana.**

- a) Presentar el projecte el mes de febrer a la First Lego League i competir amb altres escoles. Del febrer al juny continuaran desenvolupant el projecte. Preu: 65 euros al mes.

# MANUALITATS - PETITS ARTISTES:

## Decoupage, scrapbooking

- P5 a 6è Primària: Dimecres de 17.45 a 19 h.

Els alumnes es van introduint en l'art de les pintures, *scrap* i *decoupage* amb diferents materials, treballem també altres manualitats i els introduïm en el reciclatge. Alguns dels treballs que fem són: folrar caps de cartó, gots de vidre... pintar ventalls, màscares amb paper maixé... i molts d'altres!

## FIL A L'AGULLA!

- De 2n a 6è de Primària: Dilluns de 13 a 14.30 h.

Els alumnes podran ser els dissenyadors i creadors de les seves pròpies obres!

Veuran com es pot reciclar i reutilitzar roba vella convertint-la en peces noves, innovadores i amb l'essència personal de cadascú. També crearan projectes nous tot seguint el calendari amb la inspiració de cada moment o època de l'any: la tardor, el Nadal, la primavera, l'estiu, etc.

Utilitzant tisores, agulles de cap i fins i tot MÀQUINES DE COSIR sempre amb l'acompanyament d'un adult, treballaran aptituds i actituds com la concentració, la paciència, la coordinació i la psicomotricitat fina entre d'altres.

## TEATRE:

- P3 a P5: Dimecres de 17.30 a 18.30 h.
- Primària: Dimarts de 17.45 a 19 h.
- ESO i Batxillerat: horaris a convenir.

A l'extraescolar de teatre dividim el curs en dos grans blocs: des de l'inici de curs fins al Nadal treballem a partir d'activitats, jocs i exercicis teatrals; des del Nadal fins a final de curs treballem l'obra de teatre, escrita específicament per a cada grup i on, a part d'actors, ens convertim en ajudants de direcció, fem decorats, etc.

Segons les edats dels alumnes, les activitats es plantegen de manera diferent: amb els nens i nenes d'Infantil treballem a través de l'expressió corporal i les emocions. Per als

nens i nenes de Primària, l'activitat és més global, relacionat amb el treball del cos, la veu i la consciència en l'espai escènic.

## ÀBAC:

- Primària: Dimecres de 13 a 14 h.

Amb l'extraescolar d'àbac els alumnes no només aprenen a utilitzar aquest instrument de càlcul japonès, sinó que també aprendran a veure les matemàtiques com una assignatura entretinguda i divertida. A classe resoldrem enigmes, farem projectes i gimcanes matemàtiques, crearem figures amb papiroflèxia i moltes activitats més. D'aquesta manera els alumnes aprendran a raonar, deduir i fins i tot milloraran la seva memòria i el càlcul mental.

## ANGLÈS EXTRAESCOLAR:

Des de ben petits volem ensenyar als infants l'anglès de la manera més engrescadora i vivencial possible, per això a les primeres edats d'Infantil s'ensenyà als infants a partir del mètode Artigal. Es divideixen els trimestres a partir de contes on els alumnes interactuaran entre ells i amb les mestres.

A primària es segueix aprenent l'anglès a partir de projectes, cada trimestre els infants tenen un projecte diferent el qual els ajuda a aprendre l'anglès a partir de motivacions properes i seves.

A final de curs tant a infantil com a primària, es prepara una obra de teatre per representar als pares.

Us fem arribar els horaris d'anglès extraescolar previstos per al proper curs:

### MIGDIA

<b>P3</b>	<b>Dilluns, dimarts, dijous i divendres de 14.30 a 15 h.</b>
<b>P4</b>	<b>Dilluns, dimarts, dijous i divendres de 14 a 14.30 h.</b>
<b>P5</b>	<b>Dimarts i divendres de 14 a 15 h.</b>
<b>1r</b>	<b>Dilluns i dijous de 14 a 15 h.</b>
<b>2n</b>	<b>Dimarts i divendres de 14 a 15 h.</b>
<b>3r</b>	<b>Dilluns i dijous de 13 a 14 h.</b>
<b>4t</b>	<b>Dimarts i divendres de 13 a 14 h.</b>

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA- Indústria, 9- Sant Josep, 10- 08202 Sabadell  
Telèfon 93 725 31 44- Fax 93 727 37 25  
Sallarès i Pla, 40 Telèfon 93 748 13 41 Fax 93 722 03 86  
[www.safasabadell.com](http://www.safasabadell.com)  
Centre Concertat per la Generalitat de Catalunya a E.Infantil, E.Primària i ESO



<b>5è / 6è</b>	<b>Dimarts i dijous de 13 a 14 h.</b>
<b>1r ESO</b>	<b>Dimarts i dijous de 13.45 a 14.45 h.</b>
<b>2n ESO</b>	<b>Dimecres i divendres de 13.45 a 14.45 h.</b>

El preu de l'activitat serà de **45 euros** al mes, i es cobrarà pel mateix compte on teniu domiciliats els rebuts del col·legi. El mes de setembre només es cobrarà la meitat de la quota.

El material serà cobrat també per domiciliació bancària junt amb la quota del mes de novembre.