

Projecte Esportiu de centre



INDEX PES

- 1.** Introducció.
- 2.** Context
- 3.** Objectius.
- 4.** Activitats esportives del centre.
- 5.** Coordinació esportiva del centre.
- 6.** Mesures i suports addicionals o intensius.
- 7.** Actuacions complementàries per adquirir hàbits saludables.
- 8.** Avaluació del PES.
- 9.** Normativa i funcionament de les activitats.
- 10.** Normativa

1. Introducció

Aquest Projecte Esportiu té com a finalitat promoure estils de vida saludables i oferir una àmplia proposta d'activitats esportives des del centre, de manera que l'esport es converteixi en una activitat de referència per als infants en la gestió del seu temps lliure. La nostra intenció és que el centre, més enllà de l'horari lectiu ordinari, sigui capaç d'oferir a l'alumnat i a les seves famílies una oferta educativa més completa, que contribueixi al desenvolupament integral de l'alumnat i que afavoreixi una utilització educativa, saludable i enriquidora del temps lliure.

Considerem que aquesta és una oportunitat que pot aportar un valor afegit al nostre Projecte Educatiu, ja que ajuda a generar hàbits de vida saludable i, al mateix temps, facilita que l'alumnat ocupi el seu temps lliure de manera sana i formativa. Cada vegada és més necessari ampliar les activitats i els serveis educatius complementaris per satisfer el desig de les famílies d'oferir als seus fills i filles una educació més global, que completi l'ensenyament reglat amb propostes lúdiques d'utilització educativa i saludable del temps d'oci.

A més, implantar la pràctica esportiva fora de l'horari escolar ens permet completar el procés educatiu del nostre alumnat, ja que l'esport és una eina que fomenta valors essencials per al desenvolupament personal, com l'esforç, la coeducació, la disciplina, la dedicació, el sacrifici i la solidaritat. Paral·lelament, contribueix a la incorporació d'hàbits saludables que repercuten positivament en la qualitat de vida dels joves.

Entenem que l'activitat esportiva ha de formar part de la vida quotidiana de totes les persones pel seu caràcter educatiu, per la transversalitat de la seua essència, per la promoció d'un oci actiu i per la seva capacitat de millorar la salut i el benestar social. L'esport ha de potenciar l'autonomia personal, ha d'estar obert a tots i totes sense cap discriminació i ha d'ensenyar a fer un ús responsable i profitós del temps lliure. Sobretot, ha de ser una activitat viscuda amb diversió i plaer, i mai no una obligació.

2. Context

L'Escola Lumen de Terrassa, centre concertat d'Infantil i Primària amb codi 08029921, està situada al carrer de Tarragona, 214, 08226 Terrassa, Barcelona. La direcció és a càrrec d'Esperanza Jiménez i el coordinador del PCEE és Ismael Díez Olea.

El Projecte Esportiu del Centre (PES) s'emmarca dins del Projecte Educatiu del Centre, reforçant els valors de salut, inclusió i cooperació. Està coordinat amb altres projectes educatius com la convivència, l'alimentació saludable i l'educació emocional.

El centre educatiu compta amb 202 alumnes distribuïts en una única línia per curs, amb un perfil socioeconòmic mitjà, fet que condiciona tant les necessitats educatives com les oportunitats de participació en activitats esportives i extraescolars. Aquesta informació és rellevant per ajustar les activitats i recursos del Projecte Esportiu a les característiques del nostre alumnat, garantint la igualtat d'oportunitats i la participació de tothom.

Les instal·lacions esportives disponibles inclouen un gimnàs cobert, un pati i una pista exterior, que permeten desenvolupar activitats individuals i col·lectives, tant en l'àmbit curricular com extraescolar. L'equipament material disponible engloba pilotes, cercles, cons, cordes i material de multiesport, facilitant la diversificació de les activitats i l'adaptació a diferents nivells, edats i objectius educatius establerts en el PES.

L'equip humà està format pel professorat d'Educació Física, encarregat de la programació i implementació de les sessions; pel coordinador del PCEE, responsable de la planificació, organització i avaluació de les activitats esportives extraescolars; i pels monitors que donen suport a la dinamització, supervisió i promoció de la participació activa de l'alumnat.

Els recursos econòmics provenen del finançament del centre, de les aportacions de les famílies i d'ajuts de les entitats esportives, cosa que permet garantir la viabilitat, optimitzar l'ús del material i de les instal·lacions i assegurar la sostenibilitat del projecte a llarg termini.

Aquesta combinació de recursos humans, materials, econòmics i infraestructurals proporciona una base sòlida per implementar un Projecte Esportiu coherent amb els objectius educatius, de salut i d'inclusió social del centre, contribuint al desenvolupament integral de l'alumnat i a la consolidació d'hàbits de vida saludables dins i fora de l'escola.

3. Objectius vinculats al PCEE

Els objectius del PES vinculats al PCEE inclouen garantir la participació de tots els alumnes en activitats esportives, adaptar activitats i materials per a alumnes amb dificultats i promoure la inclusió i el respecte a la diversitat dins de l'àmbit esportiu.

- *Objectiu general*

Promoure l'activitat física i esportiva a l'Escola Lumen de Terrassa com a eina educativa fonamental per al desenvolupament integral de l'alumnat d'educació infantil i primària, fomentant hàbits saludables, la convivència i els valors propis de l'esport educatiu.

- *Objectius específics*

1. Fomentar la pràctica regular d'activitat física entre l'alumnat com a mitjà per millorar la salut, el benestar i la qualitat de vida.
2. Afavorir el desenvolupament psicomotriu, físic, emocional i social dels infants, respectant els diferents ritmes d'aprenentatge i les capacitats individuals.
3. Utilitzar l'esport com a eina educativa per transmetre valors com el respecte, l'esforç, la superació personal, el treball en equip, la responsabilitat i el joc net.
4. Garantir un projecte esportiu **inclusiu, coeducatiu i integrador**, que asseguri la participació de tot l'alumnat sense cap tipus de discriminació.
5. Millorar la convivència i el clima escolar mitjançant la pràctica esportiva, potenciant les relacions positives i la resolució pacífica de conflictes.
6. Donar coherència i continuïtat entre l'educació física curricular i les activitats esportives extraescolars del centre.
7. Oferir una oferta d'activitats esportives variada, atractiva i adaptada a les edats de l'alumnat de l'Escola Lumen (multiesport, handbol, zumba, etc.).
8. Impulsar la iniciació esportiva des de les primeres etapes educatives, prioritzant el caràcter lúdic, formatiu i participatiu per sobre del component competitiu.

9. Potenciar la participació de l'escola en les propostes i activitats organitzades pel **Consell Esportiu**, afavorint la relació amb altres centres i entitats del territori.
10. Implicar les famílies en el projecte esportiu del centre, fomentant la corresponsabilitat educativa i la valoració positiva de l'activitat física.
11. Promoure la igualtat d'oportunitats en l'accés a les activitats esportives, facilitant que tot l'alumnat pugui participar-hi.

4. Activitats esportives del centre

El centre educatiu promou l'activitat física i l'esport com a eina fonamental per al desenvolupament integral de l'alumnat, fomentant hàbits de vida saludables, valors de convivència, treball en equip, esforç personal i respecte. Les activitats esportives s'organitzen tant dins l'horari lectiu com fora d'aquest, oferint una proposta variada, inclusiva i adaptada a les diferents edats i interessos de l'alumnat.

4.1 Oferta d'activitats esportives

L'oferta d'activitats esportives del centre inclou activitats lectives i no lectives, així com propostes contínues i puntuals, que es duen a terme tant dins del centre com fora d'aquest, en col·laboració amb entitats del territori.

a) Activitats lectives

- Educació Física dins l'horari escolar, seguint el currículum vigent.

Sessions orientades al desenvolupament de les capacitats físiques bàsiques, habilitats motrius, jocs cooperatius i iniciació esportiva. Promoció de valors com el joc net, la igualtat de gènere i la inclusió.

-Activitat de piscina a Educació Infantil (3r trimestre)

Al llarg del tercer trimestre, l'escola desenvolupa l'activitat de piscina amb l'alumnat d'Educació Infantil, amb l'objectiu de potenciar el desenvolupament motriu, l'autonomia personal i el benestar emocional dels infants a través del medi aquàtic.

Aquesta activitat s'integra dins del projecte educatiu del centre i es planteja com una experiència lúdica i educativa, adaptada a l'edat i al ritme de cada infant. Les

sessions es duen a terme de manera progressiva i segura, amb la presència de personal especialitzat i el suport del professorat del centre.

Mitjançant el joc i la descoberta, els infants es familiaritzen amb l'aigua, treballen la coordinació, l'equilibri i el control corporal, alhora que guanyen confiança i seguretat en si mateixos. També es fomenten hàbits d'higiene, normes bàsiques de convivència i actituds de respecte cap als companys i l'entorn.

L'activitat de piscina afavoreix, a més, la socialització i la cohesió del grup, tot promovent una vivència positiva de l'activitat física des d'edats primerenques, en un context motivador i enriquidor.

b) Activitats no lectives (extraescolars)

- Multiesport per a Educació Infantil i Cicle Inicial, amb l'objectiu de descobrir diferents pràctiques esportives de manera lúdica.
- Handbol, com a projecte esportiu consolidat del centre, amb entrenaments setmanals i participació en trobades i competicions escolars.
- Zumba, com a activitat de dansa i expressió corporal oberta a diferents edats.

Participació en activitats esportives organitzades pel Consell Esportiu, com jornades esportives, trobades intercentres, JIE, Cros Escolar i competicions escolars.

c) Activitats puntuals

- Jornades esportives i diades especials.
- Dia de l'esport.
- Sortides esportives i activitats en instal·lacions externes.

4.2 Estructura i organització de les activitats

Difusió

La informació sobre les activitats esportives es fa arribar a les famílies mitjançant:

- Circulars informatives.
- Comunicacions digitals (correu electrònic o plataforma del centre).
- Reunions d'inici de curs.
- Taulers informatius del centre.

Inscripció

- Les inscripcions a les activitats extraescolars es realitzen a l'inici del curs escolar.
- Es facilita un període d'inscripció obert i accessible per a totes les famílies.
- Les places s'assignen seguint criteris d'equitat i ordre d'inscripció.

Avaluació

Avaluació contínua del funcionament de les activitats per part del coordinador/a del PCEE.

- Seguiment de l'assistència, participació i grau de satisfacció de l'alumnat.
- Recollida de propostes de millora a través de l'equip docent, monitors i famílies.
- Gestió d'espais i horaris
- Utilització dels espais esportius del centre (pati, gimnàs, sales polivalents).
- Ús d'instal·lacions municipals o d'altres entitats quan sigui necessari.
- Organització d'horaris adaptats a les diferents etapes educatives i compatibles amb el funcionament general del centre.

4.3 Personal tècnic esportiu

Les activitats esportives són dirigides per monitors i tècnics qualificats, amb formació adequada i experiència en l'àmbit esportiu i educatiu.

Perfil del personal:

- Monitors/es esportius/ves amb formació en activitats físiques i esportives.
- Tècnics/es especialitzats en esports concrets (handbol, activitats dirigides, etc.).

- Capacitat per treballar amb infants i joves, fomentant un clima positiu i educatiu.

Titulacions i registre

Titulació oficial corresponent (monitor/a esportiu/va, tècnic/a esportiu/va, CAFEMN, etc.).

Inscripció al Registre Oficial de Professionals de l'Esport de Catalunya (ROPEC) i en el CIATE.

Compliment de la normativa vigent en matèria de seguretat i protecció de menors.

4.4 Proposta per al pròxim curs

De cara al pròxim curs escolar, el centre es planteja consolidar i ampliar l'oferta esportiva amb les següents propostes de millora:

- Ampliació de l'oferta de multiesport a altres cicles.
- Incorporació de noves activitats com iniciació a esports alternatius (bàdminton, atletisme, jocs cooperatius).
- Potenciació de la participació en activitats i competicions del Consell Esportiu.
- Organització de més activitats esportives mixtes i inclusives.
- Major coordinació entre l'equip docent, el PCEE i les famílies per millorar la participació i la continuïtat de l'alumnat.

5. Coordinació esportiva del centre

La coordinació esportiva compta amb figures clau com el coordinador del PCEE, professors d'Educació Física i monitors d'extraescolars. També participen entitats com el Consell Esportiu del Vallès Occidental, clubs locals, famílies i voluntaris.

Organigrama redactat: La direcció supervisa el coordinador del PCEE, qui gestiona professors d'Educació Física, professor de psicomotricitat i monitors extraescolars, que treballen directament amb els alumnes.

6. Mesures i suports addicionals

El centre preveu adaptacions segons les necessitats individuals, suport de monitors especialitzats per a alumnes amb dificultats motrius, i recursos addicionals com material adaptat i espais segurs per garantir una participació inclusiva.

7. Actuacions complementàries per hàbits saludables

El centre educatiu entén l'activitat física i l'esport com una eina clau per a la promoció d'hàbits saludables i el benestar integral de l'alumnat. Per aquest motiu, es desenvolupen actuacions complementàries que aborden la salut des d'una perspectiva global, integrant aspectes de nutrició, higiene, consum responsable i regulació emocional.

7.1 Projectes de nutrició i alimentació saludable

- Promoció d'una alimentació equilibrada i variada adaptada a les diferents etapes educatives.
- Activitats de sensibilització sobre la importància de l'esmorzar saludable.
- Treball conjunt amb les famílies per fomentar bons hàbits alimentaris fora de l'horari escolar.
- Dinàmiques educatives que relacionen alimentació saludable, activitat física i rendiment escolar.

7.2 Xerrades i tallers sobre el consum responsable de sucre

- Sessions informatives adaptades a l'edat de l'alumnat sobre els efectes del consum excessiu de sucre.
- Tallers pràctics per aprendre a identificar aliments amb alt contingut en sucres afegits.
- Foment del consum conscient i responsable, promovent alternatives més saludables.
- Col·laboració amb professionals de la salut o entitats especialitzades, quan sigui possible.

7.3 Hàbits d'higiene i cura personal

- Educació en hàbits d'higiene abans i després de la pràctica esportiva.
- Promoció de rutines de neteja, hidratació i descans adequat.
- Sensibilització sobre la importància de la prevenció de lesions i la cura del cos.
- Integració d'aquests continguts dins les activitats esportives i les sessions d'educació física.

7.4 Regulació emocional a través de l'esport

- Utilització de l'activitat física com a eina per a la gestió de les emocions.
- Propostes esportives que afavoreixin l'autocontrol, la cooperació i la resolució pacífica de conflictes.
- Dinàmiques de relaxació, respiració i consciència corporal al final de les sessions.
- Foment del benestar emocional, l'autoestima i el respecte cap als altres.

8. Avaluació del PES

L'avaluació del Projecte Esportiu de Centre es concep com un procés continu i sistemàtic que permet valorar l'adequació de les activitats proposades, el grau d'assoliment dels objectius i l'impacte del projecte en el desenvolupament integral de l'alumnat. Aquesta avaluació es realitza en tres moments diferenciats: inicial, procedimental i de resultats.

8.1 Avaluació inicial

A l'inici del curs escolar es realitza una avaluació inicial amb l'objectiu de conèixer la realitat de l'alumnat i adaptar les activitats esportives a les seves necessitats i interessos.

- Valoració de les habilitats motrius bàsiques segons l'edat i l'etapa educativa.
- Detecció del nivell de condició física inicial de l'alumnat.
- Anàlisi de l'interès i la motivació vers la pràctica esportiva.
- Identificació de possibles necessitats específiques o adaptacions.

8.2 Avaluació procedimental

Durant el desenvolupament del projecte es duu a terme un seguiment continu del funcionament de les activitats esportives i de la participació de l'alumnat.

- Seguiment de l'assistència i la participació activa en les activitats.
- Observació del grau d'integració i inclusió de tot l'alumnat.
- Valoració de les actituds de cooperació, respecte i joc net.
- Coordinació entre el professorat, els monitors i el coordinador/a del PES per detectar millores i ajustos

8.3 Avaluació de resultats

Al final del curs es realitza una avaluació global del projecte per valorar-ne l'impacte i orientar futures actuacions.

- Valoració de la millora de la condició física i dels hàbits saludables adquirits.
- Anàlisi del grau de participació en activitats esportives i competicions escolars.
- Recollida de propostes de millora per a la planificació del curs següent.

9. Normativa i funcionament de les activitats

Aquest apartat estableix el marc normatiu que regula el desenvolupament de totes les activitats esportives del centre, tant en horari lectiu com en l'àmbit extraescolar. Inclou les normes de comportament, els valors esportius, l'ús de la llengua catalana, la gestió del material i els criteris de funcionament que garanteixen un espai segur, inclusiu i educatiu per a tot l'alumnat.

9.1. Normativa de les activitats:

a) Respecte i Convivència

Es promou un clima de convivència positiva entre tots els participants. L'alumnat ha de mostrar respecte mutu cap als/les companys/es, monitors/es, professorat i personal del centre, així com cap als espais i instal·lacions. Els conflictes que puguin sorgir es gestionaran des de la mediació i el diàleg, reforçant actituds de responsabilitat i autocontrol.

b) Valors de l'Esport.

Totes les activitats esportives es fonamenten en valors com el treball en equip, l'esforç, la cooperació, la superació personal, la inclusió i el respecte a la diversitat.

Es fomenta una competència sana, l'esportivitat i l'acceptació dels resultats. Aquest enfocament contribueix al desenvolupament integral de l'alumnat i a la seva formació en valors.

c) Llengua Catalana com a Llengua Vehicular

La llengua catalana s'utilitzarà com a eina principal de comunicació en totes les activitats esportives del centre, incloses les extraescolars. Aquest ús reforça la cohesió social, el sentiment de pertinença i el foment de la llengua pròpia en un entorn de convivència i participació.

9. 2. Ús i recollida del material esportiu

a) Distribució i Ús Responsable del Material

El material es proporcionarà de manera organitzada abans de cada activitat per garantir que tot l'alumnat disposi dels recursos necessaris. Els participants han de fer-ne un ús i adequat, evitant conductes que en puguin provocar el deteriorament.

b) Recollida i Manteniment

En finalitzar les activitats, l'alumnat col·laborarà en la recollida i ordenació del material utilitzat. Aquest hàbit fomenta la responsabilitat, el treball cooperatiu i el respecte pels recursos compartits. El centre vetllarà perquè el material es revisi periòdicament per garantir-ne un bon estat i un ús segur.

c) Conservació del Material

Els participants s'han de comprometre a mantenir el material en condicions òptimes, fomentant una actitud de cura i sostenibilitat que contribueixi a una gestió eficient dels recursos del centre.

9. 3. Normativa de funcionament de les activitats extraescolars

a) Puntualitat i Compromís d'Assistència

Es demana puntualitat i regularitat en l'assistència a les activitats extraescolars per garantir el bon funcionament de les sessions i afavorir la cohesió del grup. Les famílies seran informades de les absències reiterades o de qualsevol incidència que afecti la participació de l'alumne/a.

b) Seguretat i Prevenció de Riscos

Totes les activitats seguiran els protocols establerts en matèria de seguretat i salut. L'alumnat haurà de complir les instruccions del personal responsable i utilitzar l'equipament adequat per prevenir accidents. També es vetllarà pel control d'accessos i pel bon ús dels espais esportius.

c) Interacció Respectuosa i Inclusiva

En l'àmbit extraescolar, es garantirà un ambient inclusiu i accessible per a tot l'alumnat, sense cap tipus de discriminació. Es promourà una relació respectuosa, col·laborativa i positiva entre els participants, i s'atendran les necessitats específiques d'aquells alumnes que requereixin suport addicional per participar amb plena seguretat i autonomia.

Aquestes normes asseguren que totes les activitats del centre es desenvolupin en un marc de respecte, valors, seguretat i promoció de la llengua catalana, contribuint a crear un entorn d'aprenentatge enriquidor, cohesionat i saludable per a tota la comunitat educativa.

10. Normativa d'esport escolar

- El PES es regirà per la normativa del Departament d'Educació de Catalunya, complint amb totes les normes de seguretat i salut, i garantint igualtat, inclusió i no discriminació en totes les activitats.

Horaris i organigrames visuals: Les activitats i coordinació estan organitzades de manera clara amb horaris i responsabilitats jeràrquiques per garantir una implementació eficaç i inclusiva.

Aquest apartat recull la normativa vigent que regula l'esport escolar i les disposicions legals que emmarquen el Projecte Esportiu de Centre (PES), garantint la seva correcta aplicació i integració dins del funcionament del centre. La normativa assegura que totes les activitats físiques i esportives es desenvolupin d'acord amb els criteris de seguretat, inclusió, qualitat educativa i promoció de valors.

Principals disposicions legals i directives aplicables

- Organització del temps escolar. Documents per a l'organització i la gestió dels centres. 21 de juliol de 2022.
- Resolució VCP/3989/2010, de 10 de desembre, per la qual es dona publicitat a les directrius per al desenvolupament de l'esport escolar fora de l'horari lectiu (DOGC núm. 5778, de 20.12.2010).
- Resolució PRE/3717/2021, de 15 de desembre, per la qual es convoquen els Jocs Esportius Escolars de Catalunya per al curs 2021-2022 (DOGC núm. 8567, 21.12.2021).
- Resolució PRE/2862/2021, de 17 de setembre, per la qual s'estableixen els programes d'esport escolar de la Generalitat de Catalunya, per al curs 2021-2022, d'acord amb el Pla
- Estratègia d'Esport Escolar de Catalunya, 2020-2030 (DOGC núm. 8511, 28.9.2021).

Aplicació de la normativa al Projecte Esportiu de Centre (PES)

El Projecte Esportiu de Centre s'alinea plenament amb el marc normatiu establert per garantir un desenvolupament coherent, segur i educatiu de totes les activitats esportives del centre.

Aquesta aplicació normativa assegura:

- **La integració de l'esport escolar dins el currículum i la vida del centre**, com a element educatiu que contribueix al desenvolupament físic, social i emocional de l'alumnat.

- **La promoció de la participació de tot l'alumnat**, fomentant la inclusió, la igualtat de gènere i la cohesió social, independentment de les capacitats, interessos o contextos personals.
- **El compliment rigorós dels criteris de seguretat i salut** en totes les activitats esportives, garantint un entorn segur tant físicament com emocionalment.
- **La coordinació amb entitats locals, consells esportius i altres agents del territori** que donen suport a l'activitat física escolar, afavorint el treball en xarxa i la qualitat de les propostes esportives.

Aquest marc normatiu garanteix que el Projecte Esportiu de Centre no només compleixi amb les disposicions legals vigents, sinó que esdevingui una eina pedagògica eficaç, coherent amb el Projecte Educatiu de Centre, i orientada al desenvolupament integral de l'alumnat.