



# **PROJECTE ESPORTIU DE CENTRE**

**Escola Torrecasana**

**Aprovat per consell escolar el dia 8 de juliol  
de 2025**



## **ÍNDEX:**

- 1. INTRODUCCIÓ**
- 2. CONTEXT**
- 3. OBJECTIUS**
- 4. ACTIVITATS ESPORTIVES DE CENTRE**
- 5. COORDINACIÓ ESPORTIVA DE CENTRE**
- 6. MESURES I SUPORTS ADICCIONALS.**
- 7. ACTUACIONS COMPLEMENTÀRIES PER ADQUIRIR HÀBITS SALUDABLES**
- 8. AVALUACIÓ DEL PROJECTE ESPORTIU DE CENTRE**
- 9. NORMATIVA**



## 1. INTRODUCCIÓ

- Dades del centre educatiu:

- 📄 **Nom del centre:** Escola Torrescasana
- 📄 **Codi del centre:** 8030595
- 📄 **Tipologia:** Escola pública
- 📄 **Naturalesa:** Educació infantil i primària
- 📄 **Adreça:** Camí Cal Muntadas, s/n
- 📄 **Localitat:** 08789 La Torre de Claramunt
- 📄 **Telèfon:** 93 801 11 22
- 📄 **Adreça electrònica:** a8030595@xtec.cat
- 📄 **URL (lloc web):** <https://agora.xtec.cat/ceip-torrescasana-espoia/>
- 📄 **Directora:** Roser Tomàs Olivella
- 📄 **Coordinador del PCEE:** Òscar Beltran Muzas

## 2. CONTEXT

### **Relació amb el Projecte Educatiu de Centre i altres projectes**

El Projecte Esportiu de Centre (PES) s'integra plenament en el **Projecte Educatiu de Centre (PEC)**, contribuint al desenvolupament global de l'alumnat mitjançant l'activitat física com a eina educativa. L'activitat esportiva complementa altres projectes del centre, com ara:

- **Projecte de convivència i benestar emocional**, promovent valors com el respecte, la cooperació, l'empatia i el treball en equip.
- **Projectes de salut**, impulsant hàbits saludables relacionats amb l'alimentació, el descans i l'activitat física.



- **Projectes d'inclusió i equitat educativa**, com la participació en el Pla Educatiu d'Entorn.
- **Projectes interdisciplinaris**, on l'educació física es vincula amb les àrees de medi natural i llengua catalana.

### **Realitat del centre i del territori**

L'Escola Torrecasana es troba situada a **La Torre de Claramunt**, municipi de caràcter semiurbà amb un entorn natural ric i accessible. Aquesta realitat territorial facilita la realització d'activitats a l'aire lliure, excursions i jornades esportives a l'entorn proper.

El centre escolaritza actualment, en el curs 2024-25, un total de **108 alumnes**, distribuïts de la següent manera:

- |                             |                             |
|-----------------------------|-----------------------------|
| ● <b>Educació infantil:</b> | ● <b>Educació primària:</b> |
| ○ I1: 3 alumnes             | ○ 1r: 12 alumnes            |
| ○ I2: 9 alumnes             | ○ 2n: 13 alumnes            |
| ○ I3: 9 alumnes             | ○ 3r: 15 alumnes            |
| ○ I4: 9 alumnes             | ○ 4t: 8 alumnes             |
| ○ I5: 15 alumnes            | ○ 5è: 15 alumnes            |
|                             | ○ 6è: 10 alumnes            |

Aquesta realitat permet un tracte proper i individualitzat a l'alumnat, amb una organització flexible i adaptada. L'escola acull un alumnat divers, amb diferents perfils socioeconòmics i culturals, i manté una **relació activa amb les famílies i la comunitat educativa local**.

### **Estructura i organització del centre en l'àmbit esportiu**

#### ■ **Estructura i organigrama**

El desenvolupament del PES es coordina mitjançant una estructura estable:

- **Coordinador del PCEE i mestre d'educació física:** Òscar Beltran Muzas
- **Equip directiu:** dona suport a les línies d'actuació esportiva
- **Claustre de mestres:** col·labora en la integració de l'EF amb altres àrees
- **Famílies i AFA:** participació activa en activitats extraescolars.



#### ▪ Equipaments i instal·lacions esportives

- **Pista poliesportiva exterior** (ús per a EF i activitats dirigides)
- **Patis escolars** sectoritzats per franges d'edat
- **Gimnàs** (ús per a EF i activitats dirigides)
- **Espais naturals propers** (zones verdes, etc.)

#### ▪ Recursos disponibles

- **Materials esportius bàsics:** pilotes, cons, cordes, estoretes, etc.
- **Recursos humans:** mestre d'EF, coordinador/a del PCEE, monitors d'activitats extraescolars
- **Recursos econòmics:** provinents del centre, de l'AFA, del municipi o d'ajuts del Departament d'Educació.

### 3. OBJECTIUS

El Projecte Esportiu de Centre de l'Escola Torrecasana estableix com a objectius prioritaris els següents:

#### Objectius generals

- **Fomentar la pràctica regular d'activitat física** com a hàbit saludable i eina educativa, dins i fora de l'horari lectiu.
- **Contribuir al desenvolupament integral de l'alumnat**, treballant valors com l'esforç, el respecte, la cooperació i l'autonomia mitjançant l'activitat esportiva.
- **Millorar la convivència i el vincle amb el centre**, afavorint un clima positiu i la participació activa de tot l'alumnat.
- **Impulsar activitats inclusives i no segregadores**, adaptades a les diferents realitats i capacitats dels infants.
- **Aprofitar l'activitat física com a recurs per millorar el rendiment acadèmic** i el benestar emocional dels alumnes.
- **Integrar l'educació física i l'esport escolar dins d'una estratègia educativa global**, en coordinació amb altres projectes del centre.



## Objectius específics

- **Incrementar les hores i oportunitats d'activitat física** al llarg de la setmana, per tal que l'alumnat assoleixi les recomanacions de l'OMS (mínim 60 minuts d'activitat física diària).
- **Reduir el sedentarisme** i potenciar el moviment actiu durant l'estona d'esbarjo i en altres moments del dia (pauses actives, jocs dirigits, etc.).
- **Disminuir l'abandonament esportiu**, mantenint l'interès i la motivació per l'activitat física a través d'una oferta variada i adaptada.
- **Contribuir als Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS)**, especialment en els àmbits de:
  - **Salut i benestar** (ODS 3)
  - **Educació de qualitat** (ODS 4)
  - **Igualtat de gènere** (ODS 5)
- **Promoure l'ús de la llengua catalana** en les activitats físiques i esportives com a element de cohesió i normalització lingüística.
- **Establir vincles entre l'activitat física i altres àrees curriculars**, potenciant la interdisciplinarietat.

## 4. ACTIVITATS ESPORTIVES DEL CENTRE

### Oferta d'activitats

L'Escola Torrecasana promou una àmplia gamma d'activitats físiques i esportives per fomentar la salut, el benestar i la cohesió entre l'alumnat. L'oferta inclou activitats:

En horari lectiu:

- Sessions d'Educació Física a tots els nivells, impartides per mestre especialista.
- Activitats motrius per a Educació Infantil.
- Pausas actives entre sessions.
- Jocs de pati organitzats per cicles (jocs cooperatius, circuits, esports adaptats).



- Participació en jornades esportives dins del calendari escolar. Activitats puntuals en dies especials:
  - **Dia de l'educació física al carrer**
  - **Jocs d'aigua i esports a l'aire lliure a final de curs**

#### **Fora de l'horari lectiu:**

- Activitats extraescolars esportives organitzades per l'AFA o altres entitats:
  - Patinatge (o altres activitats escollides a principi de curs com ara arts marcials, etc.)
  - Multiactivitats
  - Patis oberts

#### **Característiques de les activitats**

- **Distribució horària i espais:** Les sessions d'Educació Física es fan a la pista poliesportiva, al gimnàs, o en espais naturals propers. Les activitats extraescolars tenen lloc al migdia i a la tarda, un cop finalitzada la jornada lectiva.
- **Sabers i objectius:** Desenvolupament motriu, expressió corporal, jocs esportius, esports col·lectius i valors com el respecte i la cooperació.
- **Destinataris:** L'alumnat de tots els nivells.

#### **Estructura i organització**

- **Difusió:** Les activitats es comuniquen a les famílies mitjançant circulars, la web del centre i les reunions d'inici de curs.
- **Inscripció:** Coordinada per l'AFA i/o l'equip directiu en el cas de les activitats extraescolars.
- **Seguiment i avaluació:** El mestre d'Educació Física, coordinador del PCEE recull dades de participació i valora l'impacte de les activitats.



## Personal tècnic esportiu

Les **activitats lectives** són impartides per **mestres titulats en Educació Física**.

Les **activitats extraescolars** són conduïdes per **monitors i monitores amb formació específica** i, quan és possible, inscrits al ROPEC o membres del COPLEFC.

## Participació en programes i projectes

L'escola participa o preveu participar en els següents programes:

- **Dia Mundial de l'Activitat Física (DMAF)**
- **Dia de l'educació física al carrer (DEFC)**

## Connexió amb altres matèries

Les activitats físiques es vinculen amb:

- **Coneixement del medi:** orientació, activitats en entorns naturals.
- **Llengua:** elaboració de normes de joc, explicació oral i escrita de regles.
- **Educació en valors:** treball transversal del respecte, inclusió i treball en equip.

## Proposta per al curs vinent i següents:

Per al pròxim curs, es preveu:

- Potenciar la participació en el **DMAF**, el **DEFC** i altres jornades compartides amb altres escoles de l'entorn.
- Mantenir i ampliar, si és possible, l'oferta d'activitats extraescolars amb enfocament inclusiu.
- Introduir **jocs adaptats i cooperatius** com a eix transversal d'activitats.
- Afavorir la participació de **famílies** en activitats esportives puntuals.



## 5. COORDINACIÓ ESPORTIVA DEL CENTRE

### Figures clau i organització interna

La coordinació i desenvolupament del Projecte Esportiu de Centre a l'Escola Torrecasana es duu a terme gràcies a la col·laboració i implicació de diversos agents del centre:

- **Coordinador del PCEE:**

Òscar Beltran Muzas, mestre especialista en Educació Física, assumeix la planificació i coordinació de les activitats esportives, la comunicació amb entitats externes i l'avaluació del PES. Proposa millores i enllaça el projecte amb el claustre i l'equip directiu.

- **Equip docent:**

El claustre col·labora integrant l'activitat física en altres àrees i promovent actituds positives envers l'esport i el moviment dins l'aula i al pati.

- **Equip directiu:**

Dóna suport al projecte des de la planificació i l'assignació de recursos, així com en la presa de decisions organitzatives.

- **AFA i famílies:**

Participen en l'organització d'activitats extraescolars i esdeveniments esportius puntuals. Fomenten la participació i el compromís de les famílies amb els hàbits saludables.

### Entitats implicades

#### Entitats esportives

- **Consell Esportiu de l'Anoia**
- **Monitors esportius externs**, que col·laboren en activitats en horari no lectiu, amb titulació reconeguda (preferentment inscrits al ROPEC o membres del COPLEFC)

#### Entitats no esportives

- **Ajuntament de La Torre de Claramunt:**

Dóna suport amb la cessió d'espais municipals, recursos logístics, subvencions i col·laboració en activitats com els patis oberts, o el DEFC, etc.



- **Serveis educatius i sanitaris de la zona**, en cas de participar en projectes de promoció de la salut, hàbits saludables i prevenció del sedentarisme.

## 6. MESURES I SUPORTS ADDICIONALS O INTENSIVS

L'Escola Torrecasana aposta per una educació inclusiva en tots els àmbits, inclòs l'esport i l'activitat física. Per garantir que **tot l'alumnat**, independentment de les seves condicions personals, socials o de salut, pugui participar en igualtat d'oportunitats, el centre estableix una sèrie de mesures i suports específics.

### Atenció a l'alumnat amb necessitats específiques de suport educatiu (NESE)

- **Adaptació de les activitats físiques** tenint en compte les característiques individuals de l'alumnat (capacitat motriu, ritmes d'aprenentatge, motivació, condició física, etc.).
- **Acompanyament de personal de suport** (vetlladores, si escau) durant les sessions d'Educació Física o activitats puntuals.
- **Materials adaptats** per afavorir la participació activa (per exemple, pilotes toves, circuits més senzills, normes adaptades als jocs).
- **Metodologia inclusiva**, basada en el joc cooperatiu, la no competitivitat i la participació activa de tot l'alumnat.
- **Coordinació amb l'EAP i la mestra d'educació especial si escau**, per ajustar les activitats a les necessitats específiques i establir objectius realistes i motivadors.

### Alumnat amb necessitats educatives especials (NEE)

En els casos en què hi ha alumnat amb NEE, es tenen en compte les següents actuacions:

- Disseny d'activitats amb nivells de dificultat diversos o opcions alternatives de participació.
- Assignació de **rols funcionals i significatius** dins dels jocs, per garantir la implicació i autoestima de l'alumne/a.
- Coordinació amb les famílies i professionals externs (fisioterapeutes, terapeutes ocupacionals...) si és necessari.



## Objectiu

L'objectiu final és **garantir que cap infant quedi exclòs** de les activitats esportives, i que tothom hi participi de manera segura, significativa i positiva.

## 7. ACTUACIONS COMPLEMENTÀRIES PER ADQUIRIR HÀBITS SALUDABLES

A l'Escola Torrecasana entenem la salut com un concepte integral que inclou el benestar físic, emocional, social i mental. Per això, el centre impulsa accions complementàries a l'activitat física que ajuden a construir hàbits saludables des de la primera infància.

### Alimentació i nutrició

- **Projectes de sensibilització sobre alimentació saludable**, especialment durant les hores d'esmorzar
- Foment del **consum de fruita i aigua** com a hàbit diari (especialment en els esmorzars).
- Participació en iniciatives com el **Pla de consum de fruita i de llet a les escoles**.

### Benestar emocional

- Treball sistemàtic de les emocions i l'autoestima dins el Pla de convivència del centre.
- Educació sobre el reconeixement i gestió de les emocions, reforç de l'autoestima, gestió de l'ansietat i hàbits saludables mitjançant el PROJECTE EMOCIONA'T del CAP de Capellades, adreçat a l'alumnat de cicle superior.
- De manera puntual Activitats de **relaxació, respiració i ioga** integrades en el dia a dia o com a recurs per a la gestió de l'estrès i la regulació emocional.
- Temps d'esbarjo estructurats amb espais per al joc lliure, el moviment i el descans actiu.

### Prevenició de conductes de risc

- Formació en **educació per a la salut** en edats primerenques: higiene personal, descans, bons hàbits de son i respecte pel propi cos.



- Activitats preventives i de conscienciació amb la col·laboració dels Mossos d'esquadra:  
**Socioaddiccions:** ús excessiu de pantalles o videojocs.

## 8. AVALUACIÓ DEL PROJECTE ESPORTIU DE CENTRE

L'avaluació del PES de l'Escola Torrecasana es planteja com una eina de **reflexió i millora contínua**. Permet analitzar tant el **desenvolupament** com els **resultats** de les actuacions esportives i de promoció de la salut que es duen a terme al centre.

### Avaluació inicial (diagnosi)

- Identificació del punt de partida: nombre i varietat d'activitats esportives, grau de participació de l'alumnat, ús dels espais i materials disponibles.
- Detecció de necessitats de millora o ampliació de l'oferta.
- Observació de la implicació del claustre i de les entitats externes en el desenvolupament del PES.

### Avaluació del procediment (implementació)

- Revisió de l'organització i la coordinació de les activitats (horaris, recursos, difusió, etc.).
- Seguiment de la qualitat pedagògica de les activitats: participació activa, inclusivitat, valors treballats.
- Avaluació de la resposta de l'alumnat i les famílies davant les activitats esportives.

### Avaluació dels resultats

Valoració del grau d'assoliment dels objectius marcats al PES:

- Increment d'activitat física regular.
- Participació equitativa de l'alumnat.
- Contribució al benestar físic i emocional.
- Impacte en la cohesió i el vincle amb el centre.
- Comparació de dades amb cursos anteriors, si escau.



### **Criteris i indicadors d'avaluació**

S'utilitzaran indicadors com ara (\*):

<b>Aspecte</b>	<b>Indicador</b>
Participació	% d'alumnes que fan activitats esportives regulars
Diversitat d'oferta	Nre. d'activitats diferents ofertes pel centre
Inclusió	Participació d'alumnes amb NESE/NEE
Impacte educatiu	Observacions del professorat i valoracions tutorials
Satisfacció	Enquestes a l'alumnat i les famílies
Suport i col·laboracions	Nre. d'entitats col·laboradores i activitats conjuntes

(\*)de fet molts la majoria d'aquests indicadors es fan servir a la memòria del PCEE

### **Millora contínua**

Les conclusions de l'avaluació es compartiran amb l'equip docent, el coordinador/a del PCEE, l'equip directiu i el consell escolar per ajustar objectius, planificar noves accions i fer propostes per al curs següent.

Part del procés d'avaluació es durà a terme mitjançant reunions periòdiques del coordinador del programa amb els monitors encarregats de dur-lo endavant. En aquestes reunions es farà entre d'altres un seguiment de les activitats, alumnat participant en cadascuna d'elles, necessitats de materials, etc.

Al final del curs s'elabora una memòria de les activitats que s'han realitzat al llarg de tot el curs, tant les que s'han fet per els alumnes, com la formació realitzada pel propi coordinador del PCEE del centre. Aquesta memòria serà avaluada pels membres del PCEE.



Per altra banda, afegiríem els indicadors d'avaluació de cada una de les activitats per a valorar la imparcialitat, com poden ser la participació, la cohesió (ajuts i integració), materials i adequació, els espais i la idoneïtat, incidències destacades, etc.

## 9. NORMATIVA

El Projecte Esportiu de Centre de l'Escola Torrecasana s'emmarca en la normativa i directrius oficials establertes pel Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya i altres organismes competents:

☐ **Organització del temps escolar. Documents per a l'organització i la gestió dels centres**

(Departament d'Educació, 21 de juliol de 2022).

Regula els temps lectius i no lectius i dona cabuda a projectes com el PES dins l'organització general del centre.

☐ **Resolució VCP/3989/2010, de 10 de desembre**

Per la qual es dóna 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, de 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 Estratègic d'Esport Escolar de Catalunya, 2020-2030**.

(DOGC núm. 8511, de 28.9.2021).

Aquest marc normatiu assegura la qualitat, seguretat i coherència pedagògica de les activitats esportives i permet que el centre es pugui acollir a convocatòries, subvencions i programes oficials de promoció de l'activitat física.



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació  
i Formació Professional  
Escola Torrecasana

- Aquest PES entrarà en vigor l'endemà de la seva aprovació pel Consell Escolar del Centre.

Vilanova d'Espoia, a 8 de juliol de 2025

Signatura

El Director/a del Centre i president/a del Consell Escolar