



PROJECTE ESPORTIU DE CENTRE

Escola Pau Casals de Vacarisses
Curs 2025-2026

(PLA CATALÀ DE L'ESPORT)

ÍNDEX

1.- Introducció.....	3
2.- Context.....	4
3.- Objectius.....	8
4.- Activitats esportives del centre.....	11
5.- Coordinació esportiva del centre.....	13
6.- Mesures i suports addicionals o intensius.....	14
7.- Hàbits saludables.....	15
8.- Avaluació del PES.....	17
9.- Normativa i funcionament de les activitats.....	17

1. INTRODUCCIÓ

DADES DEL CENTRE

NOM	ESCOLA PAU CASALS
CODI DE CENTRE	08030686
TIPOLOGIA	ESCOLA PÚBLICA
ENSENYAMENTS	INFANTIL I PRIMÀRIA
ADREÇA	C/SALVADOR BADIA, 6-12 (VACARISSES)
TELÈFON	938280106
WEB	https://agora.xtec.cat/ceippaucasals/
DIRECTORA DEL CENTRE	ROSA CHACÓN
COORDINADOR DEL PCEE	JONATAN GARCIA

MISSIÓ DEL CENTRE I DEL PROJECTE ESPORTIU

L'Escola Pau Casals de Vacarisses té com a missió oferir una educació integral, inclusiva i de qualitat, que afavoreixi el desenvolupament personal, social i acadèmic de tot l'alumnat en un entorn proper i arrelat al municipi.

El Projecte Esportiu de Centre (PES) forma part essencial d'aquesta missió, entenent l'activitat física i l'esport com a eines educatives fonamentals per

fomentar hàbits de vida saludables, la convivència, el respecte, la cooperació, l'esforç i la superació personal. Mitjançant el PES, el centre impulsa una pràctica esportiva coeducativa, inclusiva i participativa que connecta escola, famílies, AFA i entorn municipal, reforçant la cohesió social i el sentiment de pertinença a la comunitat educativa de Vacarisses.

VISIÓ DEL CENTRE I DEL PROJECTE ESPORTIU

L'Escola Pau Casals aspira a consolidar un model esportiu educatiu que garanteixi que tot l'alumnat participi de manera activa i regular en activitats físiques, tant dins com fora de l'horari lectiu, afavorint el seu desenvolupament motriu, cognitiu i emocional.

A mitjà termini, el centre vol esdevenir un referent al municipi en la promoció de l'esport educatiu com a eina de transformació social, adaptat a la realitat de Vacarisses: un entorn natural privilegiat que permet potenciar activitats a l'aire lliure, el contacte amb el medi i els hàbits de mobilitat activa.

La visió del PES és garantir un projecte viu, flexible i adaptat als canvis socials i culturals, que promogui la igualtat d'oportunitats, la inclusió de tot l'alumnat (incloent-hi aquell amb necessitats específiques de suport educatiu), la promoció de la llengua catalana com a llengua vehicular i la vinculació amb les entitats esportives i socials del municipi.

JUSTIFICACIÓ DEL PROJECTE ESPORTIU DE CENTRE

El Projecte Esportiu de Centre és necessari per estructurar, coordinar i donar coherència a totes les accions relacionades amb l'activitat física i esportiva que es duen a terme a l'Escola Pau Casals.

En un context social on el sedentarisme infantil i l'ús excessiu de pantalles són cada vegada més presents, el PES esdevé una eina imprescindible per garantir

oportunitats d'activitat física regular, segura i educativa. A més, contribueix a millorar el rendiment acadèmic, la concentració, l'autoestima i la cohesió de grup.

Aquest document estableix els objectius, les línies d'actuació i els mecanismes de coordinació entre direcció, AFA, ajuntament i entitats col·laboradores, assegurant una gestió organitzada i inclusiva de les activitats esportives.

El Projecte Esportiu de Centre per al curs 2025-2026 serà presentat i aprovat pel Consell Escolar del centre, consolidant així el compromís institucional amb el desenvolupament esportiu i educatiu de l'alumnat.

La seva actualització respon a la voluntat d'adaptar-lo a les noves necessitats del centre, a l'evolució del context social i educatiu, i a la necessitat de continuar millorant la qualitat, la participació i la inclusió en les activitats físiques i esportives.

2. CONTEXT

RELACIÓ AMB EL PEC I ALTRES PROJECTES DEL CENTRE

El Projecte Esportiu de Centre (PES) de l'Escola Pau Casals de Vacarisses s'alinea plenament amb el Projecte Educatiu de Centre (PEC), compartint els seus principis fonamentals: educació integral de l'alumnat, escola inclusiva, coeducativa i arrelada a l'entorn.

El PES contribueix al desenvolupament de les competències bàsiques, especialment la competència personal i social, la competència ciutadana i la competència en consciència i expressió cultural. A través de l'activitat física i



esportiva, es reforcen valors com la cooperació, el respecte, l'esforç, la responsabilitat i la resolució pacífica de conflictes.

A més, el PES es vincula amb altres programes i projectes del centre, com ara:

- El Pla d'Acció Tutorial (PAT), treballant la cohesió de grup i la convivència.
- El Pla de Convivència, fomentant el joc respectuós i la resolució dialogada de conflictes.
- El Pla de Salut i hàbits saludables, promovent l'activitat física com a element clau de benestar.
- Projectes vinculats al medi natural, aprofitant l'entorn privilegiat de Vacarisses per desenvolupar activitats a l'aire lliure.
- Actuacions d'inclusió educativa per garantir la participació de tot l'alumnat.

D'aquesta manera, el PES no és un projecte aïllat, sinó una eina transversal que reforça i complementa el model educatiu del centre.

REALITAT DEL CENTRE I DEL TERRITORI

L'Escola Pau Casals es troba al municipi de Vacarisses, al Vallès Occidental, un entorn natural caracteritzat per la proximitat al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac i per una estructura urbana dispersa en diferents urbanitzacions.

El perfil de l'alumnat és divers, amb famílies majoritàriament de classe mitjana i amb una implicació activa en la vida escolar. Hi ha una relació propera entre



escola i comunitat, fet que facilita la participació en activitats complementàries i extraescolars.

El municipi compta amb instal·lacions esportives municipals i entitats esportives locals que ofereixen activitats diverses (futbol, bàsquet, activitats dirigides, esports a la natura, etc.), fet que permet establir vincles i complementar l'oferta esportiva escolar.

Tot i això, la dispersió geogràfica del municipi i les distàncies entre urbanitzacions poden dificultar la participació regular en activitats fora de l'horari lectiu, fet que reforça la importància d'oferir propostes esportives des del mateix centre escolar.

El contacte amb la natura és un element identitari del territori i esdevé una oportunitat educativa per promoure activitats com caminades, orientació, jocs cooperatius a l'aire lliure i pràctica d'activitats físiques en entorns naturals.

ESTRUCTURA I ORGANITZACIÓ DEL CENTRE EN L'ÀMBIT ESPORTIU

L'organització del Projecte Esportiu de Centre es fonamenta en el treball coordinat entre els diferents agents de la comunitat educativa:

- Direcció del centre.
- Coordinació del Pla Català de l'Esport a l'Escola (PCEE).
- Mestre/a d'Educació Física.
- Associació de Famílies d'Alumnes (AFA).
- Entitats i empreses col·laboradores.



- Ajuntament de Vacarisses i entitats esportives municipals.

Aquesta estructura garanteix la planificació, seguiment i avaluació de les activitats esportives escolars i extraescolars.

INSTAL·LACIONS ESPORTIVES

El centre disposa de:

- Pista poliesportiva exterior.
- Espais de pati adaptats a diferents edats.
- Sala polivalent o espai interior per a activitats dirigides.
- Material esportiu propi (pilotes, cons, xarxes, material psicomotriu, etc.).

En funció de les activitats programades, també es poden utilitzar instal·lacions municipals del poble en coordinació amb l'Ajuntament.

RECURSOS DISPONIBLES

- Professorat especialista d'Educació Física.
- Monitoratge qualificat per a les activitats extraescolars.
- Coordinació amb el Pla Català de l'Esport.
- Recursos materials adequats i progressivament actualitzats.

- Implicació activa de l'AFA en la gestió i organització de les activitats.

Aquesta estructura permet garantir una oferta esportiva segura, inclusiva i coherent amb els objectius educatius del centre.

3. OBJECTIUS

El Projecte Esportiu de Centre de l'Escola Pau Casals de Vacarisses estableix uns objectius alineats amb les metes globals de salut, educació de qualitat i cohesió social, en coherència amb les recomanacions de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) i amb els Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS).

OBJECTIUS GENERALS

- Promoure l'activitat física regular de tot l'alumnat, garantint oportunitats diàries de moviment i contribuint al compliment de les recomanacions de l'OMS (mínim 60 minuts d'activitat física moderada o vigorosa al dia en edat escolar).
- Contribuir a la millora del rendiment acadèmic mitjançant la pràctica regular d'activitat física, afavorint la concentració, l'autoregulació emocional i la motivació per l'aprenentatge.
- Fomentar el desenvolupament integral de l'alumnat en els àmbits motriu, cognitiu, emocional i social.
- Impulsar la igualtat d'oportunitats i la participació activa de tots els infants en les activitats esportives, evitant qualsevol forma de discriminació.

- Contribuir als Objectius de Desenvolupament Sostenible, especialment:
 - ODS 3: Salut i benestar.
 - ODS 4: Educació de qualitat.
 - ODS 5: Igualtat de gènere.
 - ODS 10: Reducció de les desigualtats.
- Afavorir hàbits de vida saludables relacionats amb l'activitat física, l'alimentació equilibrada i la mobilitat sostenible.

OBJECTIUS ESPECÍFICS

- Incrementar la participació de l'alumnat en activitats físiques i esportives dins i fora de l'horari lectiu.
- Diversificar l'oferta d'activitats per adaptar-la als interessos i necessitats de l'alumnat del centre.
- Garantir l'accés i la participació de l'alumnat amb necessitats específiques de suport educatiu en totes les activitats programades.
- Potenciar activitats en entorns naturals aprofitant el context geogràfic de Vacarisses, fomentant el respecte pel medi ambient.

- Establir mecanismes de coordinació entre escola, AFA i entitats municipals per optimitzar recursos i ampliar oportunitats esportives.
- Incorporar la perspectiva coeducativa en totes les activitats esportives, promovent una participació equitativa de nens i nenes.
- Fomentar el joc cooperatiu i la competició saludable basada en el respecte i l'esportivitat.

OBJECTIUS DE COHESIÓ SOCIAL

El Projecte Esportiu de Centre de l'Escola Pau Casals entén l'esport com una eina fonamental de cohesió social i convivència.

Per aquest motiu es proposa:

- Vetllar per l'ús del català com a llengua vehicular en totes les activitats esportives, tant lectives com extraescolars, com a element de cohesió i identitat compartida.
- Crear un entorn inclusiu on tots els infants se sentin valorats i respectats, independentment del seu origen, capacitats, gènere o situació socioeconòmica.
- Utilitzar l'esport com a espai de relació positiva, fomentant la cooperació, el respecte mutu i el sentiment de pertinença al centre i al municipi.
- Prevenir situacions de conflicte o exclusió mitjançant dinàmiques esportives basades en el treball en equip i la mediació.

- Implicar les famílies en la vida esportiva del centre per reforçar els vincles comunitaris i el compromís compartit amb l'educació dels infants.

Mitjançant aquests objectius, el PES es consolida com una eina educativa que transcendeix l'activitat física i contribueix de manera directa al benestar, la convivència i la qualitat educativa de l'Escola Pau Casals de Vacarisses.

4. ACTIVITATS ESPORTIVES DEL CENTRE

Les activitats extraescolars s'organitzen en col·laboració amb l'AFA del centre, l'ajuntament i empreses col·laboradores.

S'ofereixen activitats esportives diverses adaptades a les diferents edats i interessos.

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS ESPORTIVES CONTÍNUES

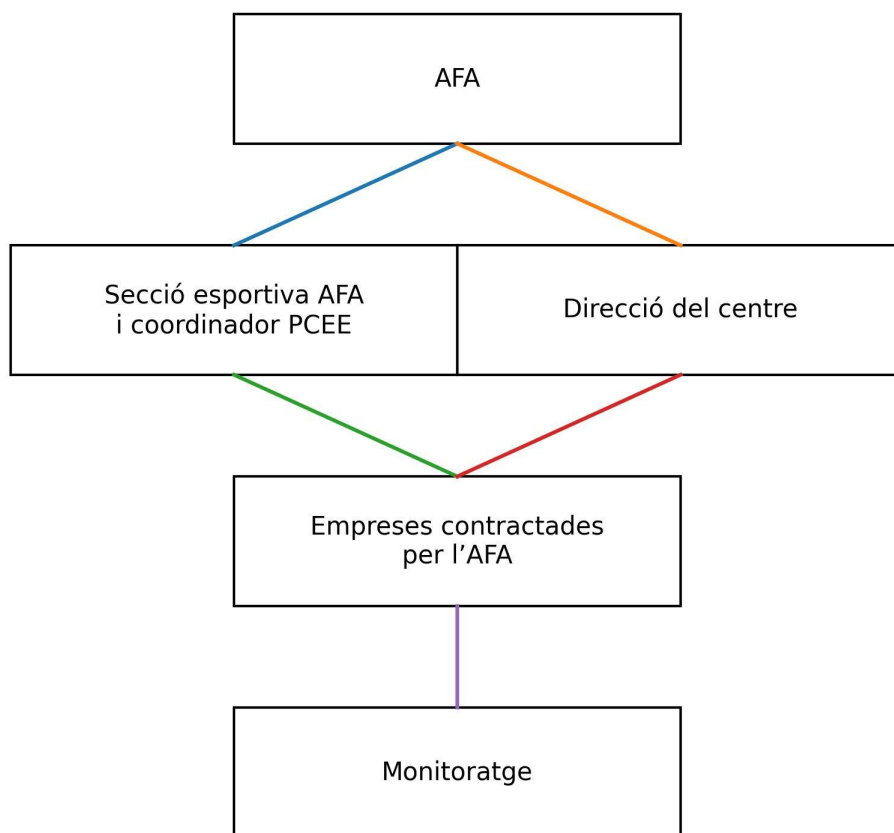
NOM	ETAPA	PARTICIPANTS	ESPAI
Dances Urbanes	INF-PRI	7	SUM
Jocs esportius	INFANTIL	10	PATI ESCOLA/SUM
Kames Kids	PRIMÀRIA	55	PATI ESCOLA/SUM/MEDI NATURAL

ACTIVITATS PUNTUALS LECTIVES I NO LECTIVES

NOM	ETAPA/CICLE/CURS	TEMPORALITZACIÓ
CROS DE LA MARATÓ	INFANTIL I PRIMÀRIA	1r TRIMESTRE
ESTADES PEDAGÒGIQUES	1r, 3r i 5è	1r TRIMESTRE
DINAMITZACIONS DE PATI	PRIMÀRIA	TOT EL CURS
PROMOCIÓ CLUB DE FUTBOL VACARISSES	INFANTIL I PRIMÀRIA	1r TRIMESTRE
CAMINADA DIJOURS GRAS	INFANTIL I PRIMÀRIA	2n TRIMESTRE

5. COORDINACIÓ ESPORTIVA

ORGANIGRAMA



6. MESURES I SUPORT ADDCIONALS O INTENSIVS

L'Escola compta dins de la seva estructura d'un SIEI i per això, els infants amb necessitats educatives especials se'ls té en consideració a l'hora de programar cadascuna de les opcions d'extraescolars. L'escola, l'AFA i les empreses contractades afavoreixen la integració i el tracte amb aquests infants.

7. HÀBITS SALUDABLES

L'Escola Pau Casals de Vacarisses entén el Projecte Esportiu de Centre com una eina clau dins d'una estratègia més àmplia de promoció de la salut i del desenvolupament integral de l'alumnat. Per aquest motiu, el centre impulsa diverses iniciatives complementàries que reforcen els hàbits saludables, el benestar emocional i la prevenció de conductes de risc.

EDUCACIÓ ALIMENTÀRIA I HÀBITS SALUDABLES

El centre promou una alimentació equilibrada i conscient mitjançant:

- Coordinació amb el servei de menjador escolar per garantir menús equilibrats i adaptats a les necessitats nutricionals de l'edat.
- Participació en programes de promoció del consum de fruita i aliments saludables.
- Activitats de sensibilització a l'aula sobre nutrició, hidratació i la importància d'un esmorzar saludable.

- Recomanacions a les famílies per fomentar hàbits alimentaris adequats també fora de l'entorn escolar.

Aquest treball contribueix a consolidar hàbits que reforcen l'activitat física i afavoreixen un creixement saludable.

PREVENCIÓ DE CONDUCTES NO SALUDABLES

Davant l'augment del sedentarisme i l'ús excessiu de pantalles en edat infantil, l'escola promou:

- Alternatives actives durant el temps d'esbarjo amb propostes de jocs dinamitzats al pati.
- Sensibilització sobre els beneficis de l'activitat física regular.
- Foment de la mobilitat activa (anar a peu, en bicicleta o patinet) sempre que sigui possible.
- Treball educatiu en el marc del Pla d'Acció Tutorial per prevenir conductes de risc i promoure estils de vida responsables.

Aquestes actuacions contribueixen a reduir el sedentarisme i reforcen la importància d'una vida activa i equilibrada.

TREBALL EMOCIONAL I BENESTAR PSICOLÒGIC

L'activitat física és també una eina fonamental per al desenvolupament emocional. En aquest sentit, el centre impulsa:

- Dinàmiques cooperatives i jocs d'equip que fomenten l'empatia, la comunicació i la resolució pacífica de conflictes.
- Treball de l'autocontrol, la gestió de la frustració i l'acceptació de l'error com a part del procés d'aprenentatge esportiu.
- Reforç positiu de l'esforç i la superació personal per damunt del resultat competitiu.
- Coordinació amb el Pla de Convivència per utilitzar l'esport com a espai de millora de relacions interpersonals.

L'objectiu és que l'alumnat desenvolupi autoestima, confiança i habilitats socials que li siguin útils en tots els àmbits de la seva vida.

EDUCACIÓ EN VALORS I SOSTENIBILITAT

En coherència amb els Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS), el centre integra:

- Respecte pel medi natural aprofitant l'entorn privilegiat de Vacarisses per dur a terme activitats a l'aire lliure.
- Cura del material i de les instal·lacions com a part de la responsabilitat compartida.



- Promoció d'una cultura de respecte, inclusió i igualtat dins de totes les activitats esportives.

Mitjançant aquestes iniciatives complementàries, l'Escola Pau Casals consolida un model educatiu que entén la salut de manera global: física, emocional i social, reforçant així el desenvolupament integral de l'alumnat i la cohesió de la comunitat educativa.

7. AVALUACIÓ DEL PROJECTE

El projecte s'avalua anualment mitjançant memòria i seguiment de les activitats, amb propostes de millora per al curs següent.

8. NORMATIVA I FUNCIONAMENT

Aquest apartat defineix les normes de comportament, respecte, ús dels materials i valors que guien les activitats esportives al centre, incloent-hi les activitats extraescolars. A més, estableix l'ús de la llengua catalana com a eina de cohesió i comunicació en tot l'àmbit esportiu.

NORMATIVA DE LES ACTIVITATS.

Respecte i Convivència: Es promou un ambient de respecte mutu entre alumnes, monitors/es i personal del centre. Els participants han de tractar amb consideració els companys, el personal i les instal·lacions.

Valors de l'Esport: Totes les activitats fomentaran valors com el treball en equip, la solidaritat, l'esforç, la inclusió i el respecte a la diversitat. Es treballaran especialment actituds d'esportivitat i competència sana.

Llengua Catalana com a Llengua Vehicular: La llengua catalana serà el vehicle principal de comunicació en totes les activitats esportives, incloses les extraescolars. Això contribueix a la cohesió social i al foment de la llengua pròpia en el context esportiu.

ÚS I RECOLLIDA DEL MATERIAL ESPORTIU.

Distribució i Ús Responsable del Material: El material esportiu es distribuirà de manera ordenada abans de l'activitat, assegurant que tots els participants disposin del necessari per a la pràctica esportiva.

Recollida i Manteniment: Un cop finalitzada cada activitat, els alumnes han de col·laborar en la recollida del material utilitzat, deixant-lo en condicions per al seu ús posterior. Aquest hàbit promou la responsabilitat i el respecte pels recursos compartits.

Conservació del Material: Els participants han de fer un ús adequat i responsable del material per garantir la seva durabilitat i evitar desgast innecessari o mal ús.

NORMATIVA DE FUNCIONAMENT DE LES ACTIVITATS EXTRAESCOLARS.

Puntualitat i Compromís d'Assistència: Es demana puntualitat a l'inici de cada activitat i compromís per assistir de manera regular, fomentant la constància i la cohesió entre participants.



Atenció a les Normes de Seguretat: Totes les activitats seguiran els protocols de seguretat establerts, i els alumnes han de complir les instruccions dels monitors per evitar accidents o incidències.

Interacció Respectuosa i Inclusiva: En les activitats extraescolars, es vetllarà especialment per la inclusió de tots els alumnes, sense cap mena de discriminació i promovent una interacció respectuosa en tots els moments.

Aquestes normes asseguruen que les activitats esportives es desenvolupin dins d'un marc de valors, respecte i compromís amb la llengua i cultura catalana, creant un entorn segur, educatiu i enriquidor per a tota la comunitat educativa.