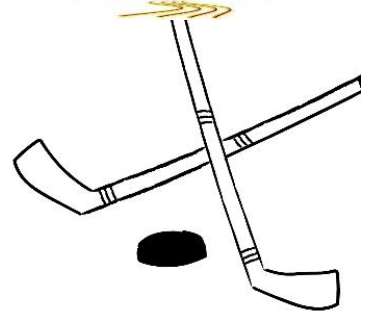




Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació

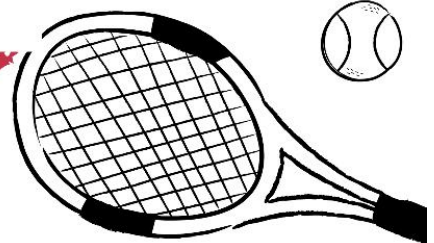
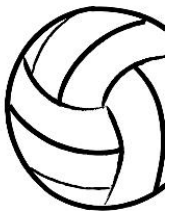
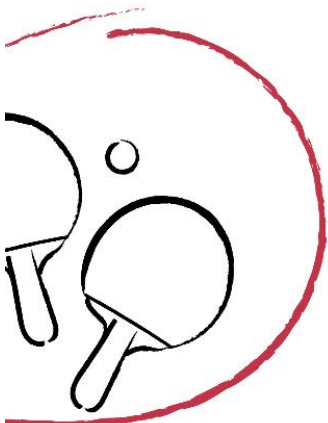
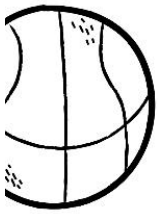
pla català  
**WE**  
esport a l'escola



Curs 2024-2025

# PROJECTE ESPORTIU DE CENTRE

ESCOLA LA FLORESTA  
TARRAGONA



# Índex

<a href="#">1. Dades del centre</a>	<a href="#">3</a>
<a href="#">2. Introducció</a>	<a href="#">3</a>
<a href="#">3. Context</a>	<a href="#">4</a>
<a href="#">4. Objectius</a>	<a href="#">5</a>
<a href="#">5. Activitats esportives del centre</a>	<a href="#">6</a>
<a href="#">6. Coordinació esportiva del centre</a>	<a href="#">8</a>
<a href="#">7. Mesures i suports addicionals o intensius</a>	<a href="#">8</a>
<a href="#">8. Actuacions complementàries per adquirir hàbits saludables</a>	<a href="#">9</a>
<a href="#">9. Avaluació del PES</a>	<a href="#">10</a>
<a href="#">10. Normativa</a>	<a href="#">11</a>

## 1. Dades del centre

Les dades de la nostra escola referent al Projecte Esportiu de Centre són les següents:

- **Nom del centre:** Escola La Floresta.
- **Codi del centre:** 43005170
- **Tipologia:** Educació Infantil i Primària.
- **Naturalesa:** Centre educatiu de titularitat pública.
- **Ensenyaments:** Educació Infantil (I3, I4, I5) i Educació Primària (1r a 6è)
- **Adreça:** Urbanització La Floresta, s/n, 43006 Tarragona.
- **Localitat:** Tarragona, barris de Ponent (zona Nord de Tarragona, al costat del centre comercial Carrefour i del polígon comercial Les Gavarres).
- **Telèfon:** 977 54 78 07
- **Adreça electrònica:** [e3005170@xtec.cat](mailto:e3005170@xtec.cat)
- **URL del lloc web:** <https://agora.xtec.cat/esc-lafloresta/>

Pel que fa als mestres implicats en el PCEE són la directora, M. Dolores Ruiz Montalban i el mestre d'Educació Física, Aleix Garcia Fabra.

## 2. Introducció

El centre es defineix com un espai d'aprenentatge que busca l'èxit acadèmic i personal de l'alumnat, garantint un entorn inclusiu, respectuós i participatiu. Es fomenta el benestar emocional i físic, la integració, la coeducació i l'esforç com a valors essencials. L'educació es basa en la llengua catalana com a element vertebrador i en la implicació de tota la comunitat educativa per generar un clima de convivència positiu. El centre educatiu es projecta com un espai de referència per a l'aprenentatge, la inclusió i el desenvolupament integral de l'alumnat. Es vol consolidar com una institució que fomenti la igualtat d'oportunitats, la cohesió social i l'excel·lència educativa, basant-se en metodologies innovadores, la participació de la comunitat i un entorn segur i motivador. A curt termini, es pretén reforçar l'ús de la llengua catalana, millorar la competència digital i fomentar una convivència positiva a través d'un treball col·laboratiu entre alumnat, famílies i professorat.

El Pla Català de l'Esport a l'Escola té com a objectiu fomentar la pràctica esportiva entre l'alumnat en horari no lectiu, garantint la seva coherència amb el projecte educatiu del centre.

Es busca promoure hàbits saludables, evitar el sedentarisme i integrar l'activitat física dins d'un marc educatiu inclusiu i participatiu. El projecte esportiu busca ser un pilar en la formació de l'alumnat, promovent l'activitat física com a eina per a la salut, la cohesió social i el desenvolupament de valors com l'esforç, la cooperació i el respecte. Es pretén incloure activitats en horari no lectiu, fomentar la participació de tot l'alumnat, especialment de col·lectius menys actius, i garantir una pràctica esportiva inclusiva i adaptada a les necessitats de cada infant.

El Projecte Esportiu de Centre (PES) és necessari per garantir una pràctica esportiva estructurada i alineada amb el projecte educatiu del centre. L'objectiu és fomentar l'activitat física entre l'alumnat, reduir el sedentarisme i millorar la seva salut i benestar emocional. A més, permet establir estratègies per incrementar la participació, especialment dels col·lectius menys actius, i consolidar valors com la cooperació, el respecte i l'esforç.

L'actualització del PES és fonamental per adaptar-se als canvis en les necessitats de l'alumnat i garantir una oferta esportiva inclusiva i variada. Aquesta revisió respon a l'evolució del centre, a les noves normatives educatives i a les polítiques de promoció de l'activitat física impulsades pel Departament d'Educació. El PES ha estat revisat i aprovat pel Consell Escolar i pel Claustre de mestres el 26 de febrer de 2025. Un cop aprovat, es difon a tota la comunitat educativa a través del web del centre i altres canals de comunicació interna.

### **3. Context**

Segons recull el PEC del centre, es participa en diversos programes educatius com el Pla Educatiu d'Entorn (PEE), que fomenta activitats literàries, físiques i artístiques pels barris de Ponent. En els diferents agrupaments, es coordinen amb altres institucions educatives i comunitàries per a fomentar la integració i la cohesió social. En relació amb l'àmbit esportiu, el coordinador del Pla Català de l'Esport a l'Escola és el responsable de garantir la coherència entre aquest pla i el PEE. A més, es fomenten altres programes educatius com:

- Salut escolar: tallers sobre hàbits saludables.
- Suport Vital Bàsic: formació en primers auxilis des d'I5 fins a 6è.
- L'Aventura de la Vida: treball de les emocions i els valors a primària.

Pel que fa a la realitat del centre, aquest està ubicat als barris de Ponent, on l'entorn es caracteritza per una població diversa amb nivells socioeconòmics mitjà-baix. La població del barri oscil·la entre 2000 i 2500 habitants. L'alumnat del centre reflecteix aquesta diversitat amb diferents onades migratòries al llarg dels anys.

El claustre de professors/es és l'òrgan propi de participació d'aquests/es en la gestió i la planificació educatives del centre escolar. Està integrat per la totalitat dels/les mestres que hi presten serveis i és presidit pel director/a. Actualment es compta amb una dotació d'Educació Física que és el responsable del Pla Català de l'Esport a l'Escola i s'encarrega de coordinar les activitats esportives en horari no lectiu i garantir-ne l'alineació amb el PEC.

El centre disposa de pista poliesportiva i un espai polivalent per a activitats diverses com psicomotricitat. No obstant això, les instal·lacions estan bastant deteriorades i hi ha manca d'espai per desenvolupar activitats educatives i esportives adequadament. Pel que fa als recursos, el centre disposa de materials bàsics per a activitats esportives i psicomotrius, a més de l'equipament digital i didàctic en general. L'equip docent està format per 19 mestres a més d'un TIS i una TEI. En l'àmbit econòmic, el centre disposa dels recursos habituals del Departament d'Educació, d'acord amb el finançament a través del pressupost general del centre i possibles ajudes o subvencions de projectes com el Pla Educatiu d'Entorn o del Pla Català d'Esport a l'Escola.

#### **4. Objectius**

Els objectius que es marquen en aquest projecte estan alineats amb el Projecte Educatiu de Centre (PEC) són els següents:

1. Millorar el rendiment escolar de l'alumnat mitjançant metodologies actives i personalitzades, garantint l'adquisició de les competències bàsiques per a l'èxit acadèmic.
2. Fomentar la cohesió social i la integració a través de projectes inclusius, activitats esportives i culturals, i la participació en el Pla Educatiu d'Entorn (PEE).
3. Reduir l'abandonament escolar i combatre la segregació mitjançant un seguiment individualitzat, reforçant el vincle alumnat-centre-família i garantint un entorn escolar acollidor i motivador.

4. Augmentar les hores d'activitat física per assolir els objectius de l'OMS, potenciant l'educació física i les activitats esportives en horari lectiu i extraescolar a través del Pla Català de l'Esport a l'Escola.
5. Contribuir als Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS), especialment:
  - Salut i benestar (ODS 3): promovent hàbits saludables i activitat física regular.
  - Educació de qualitat (ODS 4): fomentant la igualtat d'oportunitats i l'atenció a la diversitat.
  - Igualtat de gènere (ODS 5): impulsant la coeducació i eliminant estereotips en les activitats educatives i esportives.
6. Garantir l'ús de la llengua catalana com a eina de cohesió social, potenciant-ne l'ús en totes les activitats del centre i fomentant la seva adquisició entre l'alumnat nouvingut.

Aquests objectius s'estructuren d'acord amb la realitat del centre i l'entorn, i reforcen el seu compromís amb una educació de qualitat, inclusiva i saludable.

## 5. Activitats esportives del centre

Actualment, el centre ofereix diferents activitats tant dins com fora de l'horari escolar. Algunes d'elles són regular i contínues al llarg del curs i d'altres en moments puntuals. A continuació es mostra un quadre resum de les diferents activitats previstes per aquest curs:

Activitat	Alumnat	Horari	Localització	Periodicitat
<b>Multiesport</b>	Des d'14 a 6è	No lectiu	Pati de l'escola	Contínua
<b>Caminades familiars</b>	Tota l'escola	Lectiu	Voltants del barri	Discontínua
<b>Trobada esportiva de Ponent</b>	6è	Lectiu	Camp de futbol de Torreforta	Puntual
<b>Trobada intercentres amb Riu Clar</b>	6è	Lectiu	Escola Riu Clar	Puntual
<b>Jornada esportiva escolar</b>	Tota l'escola	Lectiu	Pati de l'escola / Camp de futbol	Puntual

Aquestes activitats van destinades a promoure l'activitat física entre l'alumnat de l'escola amb propostes variades i, algunes, per totes les edats. Les dues que realitzen l'alumnat de sisè de primària són organitzades per l'IMET i estan emmarcades dins del Pla d'Entorn Educatiu d'Esports de la zona de Ponent. L'objectiu és crear un vincle amb alumnat d'escoles del voltant i d'alumnes d'institut, ja que en molts casos compartiran centre o fins i tot aula. D'altres activitats, també fomenten la implicació de les famílies en les diferents caminades que fem pels voltants del barri.

L'estructura i organització d'aquestes activitats segueixen un procés seqüencial que garanteix la seva correcta planificació, execució i valoració. La difusió es fa principalment a través de l'aplicació Dinantia, on podem arribar a totes les famílies de l'escola, a més de la pàgina web o cartells a les entrades de l'escola. Quan les activitats són organitzades des del Pla d'entorn, ells també s'encarreguen de fer promoció de les propostes a través dels seus canals per ampliar i arribar a més gent.

La inscripció es gestiona des de l'escola, més concretament, és el coordinador del PCEE qui controla les inscripcions a les diferents activitats. Es fa a través de formularis en paper que es fan arribar a les famílies i les que ho desitgen ho retornen a l'escola. Tota la informació es comunica a través de l'aplicació Dinantia. L'escola vetlla perquè totes les famílies tinguin accés a qualsevol de les propostes esportives i intenta que el màxim nombre d'alumnes hi participi.

El seguiment de les activitats sempre està coordinada pel coordinador del PCEE i algun membre de l'equip directiu. Es realitzen documents a la unitat compartida del centre per registrar totes les inscripcions a les diferents activitats a més de fulls d'assistència de cada una d'elles. Es dona acompanyament i suport als participants com també a les famílies i s'intenta resoldre les incidències el més ràpid possible. A més, es té en compte els feedbacks en temps real per millorar i poder anticipar-nos a qualsevol problema.

Pel que fa a l'avaluació, des del claustre es fa una valoració dels resultats en relació amb els objectius plantejats a la memòria de final de curs on també es redacten alguns punts de millora per futures edicions. Aquest model assegura una bona organització i millora contínua de les activitats.

Les activitats que requereixen personal tècnic esportiu, com el Multiesport, aquest es contracta a través del Consell Esportiu del Tarragonès mitjançant la subvenció que rebem com a centre participant del PCEE. Les monitores tenen la titulació corresponent a més d'estar

inscrites al ROPEC. La resta d'activitats són gestionades pel mestre d'Educació Física i coordinador del PCEE.

L'escola no participa en programes d'esport escolar, però sí en projectes relacionats amb l'activitat física i l'alimentació. Durant el curs s'intenten fer tallers d'hàbits saludables, d'esport adaptat o d'esport i gènere. A més, des de l'àrea d'Educació Física es duen a terme activitats puntuals durant la setmana del Dia Mundial de l'Activitat Física i l'Esport.

Pel que fa a la proposta d'activitats esportives per al pròxim curs, l'escola es proposa mantenir les esmentades anteriorment i anar-ne introduint de noves, sobretot aquelles que impliquin una major implicació de les famílies i el barri.

## **6. Coordinació esportiva del centre**

La coordinació esportiva recau en el mestre d'Educació Física del centre. La direcció del centre aposta per la bona gestió del projecte esportiu i hi dedica una hora de deducció en l'horari del coordinador del PCEE. A més, el mestre d'Educació física actua de dinamitzador i gestor dels moments de pati, controlant el material disponible.

L'escola disposa d'AFA, però aquesta és minoritària i no representa una gran part de famílies del centre. Així i tot, disposa de Secció Esportiva Escolar amb número de registre A00832. Actualment, es troba en procés de renovació dels responsables.

## **7. Mesures i suports addicionals o intensius**

Per garantir que aquestes activitats siguin realment inclusives i accessibles per a tot l'alumnat, incloent-hi aquells amb necessitats específiques de suport educatiu (NESE) i, dins d'aquestes, amb necessitats educatives especials (NEE), és fonamental preveure una sèrie de mesures i suports addicionals o intensius. A continuació, detallem les principals accions a considerar:

- Mesures generals d'accessibilitat i inclusió, que beneficien tot l'alumnat, però especialment aquells amb NESE. Tenir en compte l'adaptació del llenguatge i materials per l'alumnat nouvingut, tenir controlat els espais on es duen a terme l'activitat per tal que sigui accessible a tothom i finalment ser flexibles en l'organització de les activitats per afavorir la participació de tothom.

- Suports addicionals per a NESE, que s'adrecen a alumnes que necessiten suport addicional per assolir els objectius de l'activitat. Realitzar un acompanyament pedagògic de la vetlladora del centre o del TIS per aquells casos que ho requereixin. Segons els necessitats, tenir materials adaptats i personalitzats per aquell alumnat amb dificultats visuals, recursos digitals interactius amb opcions d'àudio per millorar la comprensió o per alumnes amb TEA o dificultats de comprensió, estructurar la informació en passos senzills.
- Temps i ritmes personalitzats, per ampliar el temps per a la realització d'activitats si cal, realitzar pauses freqüents per alumnes amb dificultats d'atenció o cansament prematur i reduir la càrrega cognitiva en determinades tasques.

Pel que fa als suports intensius de l'alumnat amb NEE, aquests es tractaran individualment amb el centre i la família per tal de facilitar l'accessibilitat de l'alumnat a la realització de l'activitat. En aquests casos, es pot valorar l'ús de recursos humans especialitzats, un suport tecnològic i comunicatiu i entorns d'aprenentatges flexibles i segurs.

Perquè aquestes mesures siguin efectives, cal un treball col·laboratiu entre tots els agents implicats, amb un treball en xarxa amb mestres, professionals de suport, famílies i serveis especialitzats.

Amb aquest enfocament, assegurem que tots els alumnes puguin participar activament en les activitats i gaudir d'un aprenentatge equitatiu i adaptat a les seves necessitats.

## **8. Actuacions complementàries per adquirir hàbits saludables**

Per fomentar hàbits saludables en l'alumnat, es duran a terme una sèrie d'actuacions complementàries que reforcin les activitats físiques i esportives. Aquestes accions han de ser integrals i incloure aspectes com l'alimentació saludable, la gestió emocional, la prevenció d'addiccions i l'educació en salut.

A continuació, es detallen algunes actuacions clau que es poden ensenyar a l'alumnat a través de tallers i activitats puntuals durant el curs escolar:

1. Foment d'una alimentació saludable
2. Prevenció de trastorns de la conducta alimentària (TCA).
3. Prevenció del consum d'alcohol i altres substàncies tòxiques.

4. Treball de les emocions i benestar emocional
5. Educació en salut sexual i reproductiva
6. Prevenció de les socioaddiccions (mòbil, videojocs, xarxes socials)
7. Activitats esportives complementàries per a un estil de vida actiu

Aquestes actuacions ajuden a construir una escola més saludable, preventiva i inclusiva.

## **9. Avaluació del PES**

L'avaluació d'aquest PES és fonamental per garantir la seva eficàcia i millora contínua.

Aquesta avaluació s'ha d'estructurar en tres fases clau:

1. Avaluació inicial: diagnosi del punt de partida amb l'objectiu d'analitzar la situació prèvia per determinar les necessitats i possibilitats del centre.

En aquest apartat es poden realitzar una recollida de dades sobre hàbits esportius i de salut de l'alumnat i identificar les necessitats específiques i recursos disponibles. Els indicadors poden ser el percentatge d'alumnes que practiquen activitat física regularment, el grau de coneixement de l'alumnat sobre hàbits saludables o les infraestructures i recursos esportius disponibles al centre.

2. Avaluació del procediment: seguiment de la implementació per valorar si el desenvolupament del PES és adequat i eficient.

Les accions a dur a terme seran un control periòdic de l'execució de les activitats programades i recollida de feedback dels docents i alumnes sobre la qualitat de les activitats. A més, es durà a terme una anàlisi de la participació en les diferents propostes a la memòria de final de curs i es revisarà l'assignació del pressupost i ús de recursos.

Els indicadors s'han de tenir en compte són el nombre d'activitats dutes a terme en relació amb les previstes, el percentatge d'alumnes participants en cada activitat, el grau de satisfacció de l'alumnat i el professorat i el compliment del calendari establert i ús òptim del pressupost.

3. Avaluació dels resultats: anàlisi de l'impacte per mesurar si s'han assolit els objectius del PES i quin impacte ha tingut en l'alumnat i en la comunitat educativa.

En aquest apartat, es valoraran les dades de participació i s'observaran si es produeixen canvis en els hàbits saludables de l'alumnat. A la memòria anual es realitzarà un informe final amb propostes de millora per a futures edicions.

Els indicadors que ens ajudaran en aquesta avaluació serà l'increment d'alumnes que practiquen esport de manera regular, la millora en els hàbits d'alimentació i descans dels participants amb una reducció de comportaments sedentaris i finalment, el nivell de satisfacció i percepció de millora de l'alumnat i professorat.

L'avaluació ha de ser contínua i participativa, amb la implicació de tota la comunitat educativa.

## 10. Normativa

- [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 Estratègic d'Esport Escolar de Catalunya, 2020-2030 (DOGC núm. 8511, 28.9.2021).
- Projecte Educatiu de Centre. Escola La Floresta. Febrer 2025