

ÍNDEX

1. Diagnosi inicial	2
- Anàlisi de la situació actual del centre respecte a la pràctica de l'activitat física i l'esport	2
- Concreció de les necessitats i dels recursos propis i de l'entorn.....	3
- Concreció dels objectius del Pla d'Esports	4
2. Objectius	4
3. Organització de les activitats esportives del centre	5
- Oferta d'activitats	5
- Vist-i-plau del consell escolar i suport de l'AMPA i la SEE	6
4. La coordinació esportiva del centre	6
- Funcions	6
- Equip tècnic	7
5. Actuacions complementàries	7
6. Avaluació	7
7. Normativa	13

Annex

1. -Inventari Material Educació Física

1. Diagnosi inicial

1.1. Anàlisi de la situació actual del centre respecte a la pràctica de l'activitat física i l'esport.

L'escola Mestral és un centre públic de doble línia d'educació infantil i primària amb més de 40 anys d'història al municipi. La nostra escola és fidel reflex d'una societat multicultural. Des d'uns anys cap aquí, el municipi ha anat rebent onades migratòries procedents de diverses zones geogràfiques forànies (Magreb i Àfrica Subsahariana, Amèrica del Sud i països de l'Est d'Europa, principalment). En aquest sentit i des del centre, es fomenta el desenvolupament de valors com la solidaritat i el respecte com a principis bàsics de la convivència i la pau i s'accelera la integració dels nouvinguts a partir, entre altres mesures, de l'aplicació personalitzada del Pla d'Acollida i Integració del centre.

El nivell econòmic de les famílies és mitjà – baix. Si bé algunes famílies tenen un bon nivell econòmic, d'altres es troben en una situació econòmica molt precària.

L'escola disposa de SIEI, per tant, rebem molt alumnat amb necessitats educatives especials.

La pràctica d'activitat física en el nostre centre la realitzem:

- Psicomotricitat a Educació Infantil 2 sessions a la setmana d'una hora i mitja.
- Educació Física a Educació Primària 1 sessió a la setmana d'una hora i mitja.
- Participem en el Pla Català de l'Esport.
- Participem en el Programa de Salut Integral (SI) d'àmbit municipal.
- Tenim un Projecte de ioga sobre Infants Conscients.
- Tenim el Projecte de la Milla diària.
- Fem colònies i sortides al medi natural.

1.2. Concreció de les necessitats i dels recursos propis i de l'entorn.

– Equipaments i material

EQUIPAMENTS: Aula de Psicomotricitat, gimnàs, dues pistes poliesportives cimentades (una pista de futbol i dues de bàsquet), espais de patis amb arbres.

MATERIAL: molt divers (inventari de centre)

– Recursos humans i organitzatius.

1 mestra d'educació infantil que s'encarrega d'una de les sessions setmanals de psicomotricitat de tots els grups, mestres d'infantil que realitzen l'altre sessió de psicomotricitat, 3 mestres especialistes d'educació física que s'encarreguen de les classes d'educació física (una d'elles és la coordinadora del Pla Català de l'Esport), diversos mestres d'educació infantil i primària estan formats en el programa SI Salut Integral, tots els mestres participen a la Milla diària i al programa SI i 1 un membre de l'AFA és la presidenta de la Secció Esportiva de la nostra escola.

– Recursos econòmics

Rebem una subvenció del Pla Català de l'Esport, on màxim un 20%, va destinada a material esportiu. L'AFA reb les quotes de les famílies que realitzen activitats extraescolars.

1.3. Concreció dels objectius del Pla d'Esports.

- Oferta d'activitats

L'AFA organitza, fora de l'horari lectiu, diverses activitats esportives: judo, futbol-5, multiesport i gestiona l'organització dels nens i nenes que realitzen bàsquet i balls (fora del centre).

A més participem en les curses del municipi: CROS VILA-SECA, CURSA DE SANT ANTONI, JORNADES POLIESPORTIVES AMB ALTRES CENTRES DEL MUNICIPI...

2. Objectius

El Pla pretén posar a l'abast de tots els alumnes la pràctica d'activitats físiques i esportives, i aprofitar el gran potencial d'aquestes activitats per contribuir a la formació personal i cívica dels nostres infants i joves.

Més concretament, podem destacar els objectius següents:

- Incrementar la participació en activitats físiques i esportives en horari no lectiu de l'alumnat del centre
- Incrementar la participació dels i les alumnes més vulnerables.
- Aprofitar el gran potencial educatiu i formatiu de les activitats físiques i esportives, cercant la participació per damunt de la competitivitat.
- Potenciar la funció integradora i de cohesió social de l'esport escolar, facilitant l'accés de tots els nens i nenes a la pràctica esportiva escolar, i en especial dels nouvinguts.
- Contribuir mitjançant la pràctica esportiva a la formació en valors com la tolerància, el respecte als altres i a les regles, la confiança en un mateix, l'esforç de superació, l'autocrítica, l'autonomia, la capacitat de decisió, l'autogestió, la cooperació, el treball en equip, entre d'altres.
- Fomentar la pràctica regular d'activitats físiques i esportives i l'adquisició d'hàbits saludables que contribueixin a un millor benestar.
- Formar joves en els valors ciutadans mitjançant la seva participació activa en la gestió de les associacions esportives escolars de nova creació.
- Incrementar la participació activa vinculant a tota la comunitat educativa (mestres, pares i mares, AFA, AEE o SEE,...) i l'entorn (ajuntament i entitats).

3. Organització de les activitats esportives del centre

3.1. Oferta d'activitats

- En horari lectiu des de l'àrea d'Educació Física i psicomotricitat:

Els alumnes d'Educació Infantil realitzen 2 sessions a la setmana de Psicomotricitat i els alumnes d'Educació Primària fan 1h30' d'Educació Física a la setmana. Tots els continguts treballats figuren en les programacions de Psicomotricitat i Educació Física de l'escola; aquestes programacions es revisen cada any.

Tota l'escola participa en el programa de Salut integral (SI) d'àmbit municipal i ho treballem amb els alumnes a l'hora de psicomotricitat, d'educació física i a les tutories.

De P5 a 6è portem a terme el projecte una Milla diària.

- En horari lectiu mitjançant la proposta d'activitats esportives complementàries.

- Dins del programa de salut integral celebrem cada curs la Setmana de la Salut, on realitzem activitats encarades a fomentar la pràctica d'activitat física, bons hàbits alimentaris... Coincidint amb l'arribada al nostre centre del "CARDIO", la mascota del programa de salut integral realitzem algun esdeveniment relacionat amb l'activitat física (balls i coreografies, expressió corporal...). Aquest acte de benvinguda sempre el treballem i assagem durant varies setmanes.
- Milla diària (de P5 a 6è)
- Aprofitem els clubs esportius o federacions esportives més properes perquè vinguin a l'escola a donar a conèixer el seu esport i així els nostres alumnes puguin vivenciar noves activitats físiques i conèixer esportistes reconeguts en el seu àmbit.
- Realitzem una jornada d'esport adaptat per a cicle superior.
- Sortides al medi natural amb AF implícita i/o explícita.

- Els alumnes de 3r de primària participen en una Jornada Esportiva amb els altres centres del municipi.
- Participem en els tallers a les escoles que organitza el PCEE.
- **En horari extraescolar mitjançant la programació d'activitats físiques extraescolars.**

L'AFA organitza, fora de l'horari lectiu, diverses activitats esportives.

3.2. Vist-i-plau del consell escolar i suport de l'AMPA i la SEE.

Totes les activitats esportives estan planificades pels especialistes d'Educació Física i aprovades pel Consell Escolar.

4. La coordinació esportiva del centre

4.1. Funcions

Es recomana que sigui el coordinador del PCEE el mestre especialista d'Educació Física. Les seves funcions com a Coordinador Esportiu del centre són:

- Redactar i actualitzar el Pla d'Esports del Centre.
- Incloure el Pla d'Esports en el Projecte Educatiu i en la PGA del Centre.
- Sensibilitzar a la comunitat educativa de la importància de la pràctica regular d'AF.
- Elaborar i distribuir l'oferta d'activitats esportives del centre.
- Assessorar a l'equip tècnic recolzant-lo en l'elaboració de les programacions.
- Coordinar l'ús dels equipaments esportius escolars dins i fora de l'horari lectiu.
- Vetllar pel bon estat de les instal·lacions i el material.
- Difondre les activitats esportives del projecte esportiu i implicar a la comunitat escolar.
- Vincular el Pla d'Esports amb les entitats de l'entorn més proper: municipi, clubs esportius, associacions esportives, federacions esportives...

- Elaborar l'informe memòria i l'avaluació del PCEE i incloure-la en la memòria anual del centre.

4.2. Equip tècnic

L'AFA organitza i coordina les activitats esportives extraescolars i compta monitors esportius per a poder desenvolupar-les.

Si s'escau, es demana ajuda al Consell Esportiu per a la gestió adequada d'aquests monitors.

5. Actuacions complementàries

- Vetllar que l'alimentació que ofereix l'escola en els menjadors escolars sigui equilibrada.
- Fomentar el consum de fruita en el nostre alumnat així com l'hàbit d'un esmorzar saludable.
- Desenvolupar en el període del menjador altres hàbits saludables associats.
- Oferir a les famílies educació nutricional per aconseguir que els hàbits saludables d'alimentació continuïn a casa.
- Promoció de l'educació hàbits posturals correctes.
- Promoció de la vida activa i proposta d'hàbits diaris: anar a l'escola caminant, amb bici, patinet.
- Patis actius, dianmitzats amb tallers: bàsquet, volei, pin-pong, ioga...
- Redactar articles curts i cartells amb consells pràctics sobre temes relacionats amb la salut.
- Relacionar l'AF amb el treball dels ODS que es fa mensualment.

6. Avaluació.

Al finalitzar cada curs avaluarem:

- el PCEE (farem l'elaboració de la memòria anual "informe memòria del PCEE")

- el Pla d'Esports (mirant els punts fort i febles i concretant les propostes de millora)
- el grau d'assoliment dels continguts d'Educació Física.

Criteris d'avaluació d'Educació Física

Competències específiques de l'àrea (Educació primària)		
1. Resoldre situacions motrius diverses de forma eficaç i creativa, articulant capacitats i habilitats motrius per a donar resposta a projectes i pràctiques d'activitats físiques de la vida quotidiana.		
Criteris d'avaluació		
1r i 2n	3r i 4t	5è i 6è
1.1 Experimentar diferents maneres de donar resposta a projectes i pràctiques d'activitats físiques variades individuals i col·lectives, valorant-ne la consecució. 1.2 Adoptar decisions eficaçes en la pràctica d'activitats físiques individuals i de col·laboració amb l'ús d'estratègies conegudes. 1.3. Emprar capacitats i habilitats motrius pròpies per resoldre situacions motrius millorant progressivament el control corporal.	1.1 Desenvolupar projectes i pràctiques d'activitats físiques variades individuals i col·lectives, establint reptes possibles d'aconseguir, planificant les accions i valorant-ne la consecució tot identificant en què es pot millorar. 1.2 Adoptar decisions eficaçes en la pràctica d'activitats físiques individuals, de cooperació, de col·laboració, d'oposició i de col·laboració-oposició amb l'ús d'estratègies conegudes i modificades. 1.3. Emprar capacitats i habilitats motrius pròpies i apreses de manera eficaç per resoldre situacions motrius millorant progressivament el control i el domini corporal.	1.1 Desenvolupar projectes i pràctiques d'activitats físiques variades individuals i col·lectives, establint reptes possibles d'aconseguir, planificant les accions tot introduint canvis durant el procés per assolir-los, si cal. 1.2. Prendre decisions eficaçes en la pràctica d'activitats físiques individuals, de cooperació, de col·laboració, d'oposició i de col·laboració-oposició amb l'ús d'estratègies conegudes, modificades i inèdites. 1.3 Emprar capacitats i habilitats motrius pròpies i apreses de manera eficaç i creativa per resoldre situacions motrius millorant progressivament el control i la coordinació corporal.

Competències específiques de l'àrea (Educació primària)		
2. Desenvolupar un estil de vida actiu i saludable, incorporant la pràctica habitual d'activitats físiques i altres comportaments beneficiosos per a la salut durant la vida quotidiana per a adquirir d'hàbits que contribueixin al benestar físic, mental i social.		
Criteris d'avaluació		
1r i 2n	3r i 4t	5è i 6è
2.1 Identificar la <u>pràctica</u> habitual d'activitats físiques en la vida quotidiana, la <u>higiene personal</u>, l'<u>educació postural</u>, l'<u>alimentació saludable</u>, la <u>hidratació</u> i el <u>descans</u> com a comportaments beneficiosos per a la salut. 2.2. Evitar <u>conductes de risc</u>, reconeixent els possibles riscos que poden existir en la pràctica d'activitats físiques a l'escola i a la vida quotidiana.	2.1 Incorporar la pràctica habitual d'activitats físiques en la vida quotidiana, la higiene personal, l'educació postural, l'alimentació saludable, la hidratació i el descans com a comportaments beneficiosos per a la salut valorant-ne la contribució al benestar físic, mental i social. 2.2. Evitar conductes de risc, anticipant els possibles riscos que poden existir en la pràctica d'activitats físiques a l'escola i a la vida quotidiana, aplicant protocols d'actuació bàsics en cas d'accidents o lesions.	2.1 Integrar la pràctica habitual d'activitats físiques en la vida quotidiana, la higiene personal, l'educació postural, l'alimentació saludable, la hidratació i el descans com a comportaments beneficiosos per a la salut, justificant-ne la contribució al benestar físic, mental i social i els perjudicis de no fer-ho. 2.2. Adoptar mesures de seguretat i de prevenció d'accidents com a resultat de la presa de consciència dels possibles riscos que poden existir en la pràctica d'activitats físiques a l'escola i a la vida quotidiana, aplicant protocols d'actuació i tècniques bàsiques de primers auxilis en cas d'accidents o lesions.

Competències específiques de l'àrea (Educació primària)		
3. Prendre part en activitats motrius individuals i col·lectives, de joc i d'expressió i comunicació corporal per a integrar-les en el repertori motriu i afavorir les relacions interpersonals.		
Criteris d'avaluació		
1r i 2n	3r i 4t	5è i 6è
3.1 Participar activament en els jocs i en activitats col·lectives senzilles d'expressió i comunicació corporal pròpies de l'entorn proper gaudint de la seva pràctica, tot afavorint la seva pervivència. 3.2 Practicar jocs i activitats individuals i col·lectives d'expressió i comunicació corporal tot defugint d'assignar-les a un tipus determinat de persones segons el seu gènere. 3.3. Comunicar vivències, emocions i idees a través de manifestacions expressives senzilles utilitzant els recursos expressius del propi cos.	3.1 Participar activament en els jocs i en activitats col·lectives elaborades d'expressió i comunicació corporal pròpies de l'entorn proper i d'altres llocs del món gaudint de la seva pràctica tot afavorint les relacions interpersonals. 3.2 Practicar jocs i activitats individuals i col·lectives d'expressió i comunicació corporal tot defugint d'assignar-les a un tipus determinat de persones segons el seu gènere identificant i rebutjant comportaments discriminatoris. 3.3. Comunicar vivències, emocions i idees a través de manifestacions expressives elaborades utilitzant els recursos expressius del propi cos.	3.1 Participar activament en els jocs i en activitats col·lectives elaborades d'expressió i comunicació corporal pròpies de l'entorn proper i d'altres llocs del món gaudint de la seva pràctica, tot afavorint la seva difusió. 3.2. Practicar jocs i activitats individuals i col·lectives d'expressió i comunicació corporal tot defugint d'assignar-les a un tipus determinat de persones segons el seu gènere identificant i rebutjant comportaments discriminatoris i estereotips de gènere, sensibilitzant per evitar-ne la reproducció. 3.3 Comunicar vivències, emocions i idees a través de manifestacions expressives elaborades de manera creativa utilitzant els recursos expressius del propi cos.

Competències específiques de l'àrea (Educació primària)		
4. Valorar l'entorn com a espai de pràctica d'activitats físiques i d'ocupació del temps de lleure, utilitzant-lo de manera respectuosa i responsable per a participar de la seva conservació i millora.		
Criteris d'avaluació		
1r i 2n	3r i 4t	5è i 6è
4.1 Practicar algun tipus d'activitat física vinculada al barri, al poble o a la ciutat o al medi natural com una forma d'enriquir les tipologies d'activitats físiques que es donen en contextos de pràctica motriu a l'escola i d'ocupar el temps de lleure. 4.2. Valorar l'entorn com a espai de pràctica d'activitats físiques saludables i satisfactòries en el temps de lleure fent-ne un ús respectuós.	4.1 Practicar activitats físiques variades vinculades al barri, al poble o a la ciutat o al medi natural com una forma d'enriquir les tipologies d'activitats físiques que es donen en contextos de pràctica motriu a l'escola i d'ocupar el temps de lleure. 4.2. Valorar l'entorn com a espai de pràctica d'activitats físiques saludables i satisfactòries en el temps de lleure, contribuint a la seva conservació utilitzant els espais, els materials i les instal·lacions de manera respectuosa i responsable	4.1 Practicar activitats físiques variades vinculades al barri, al poble o a la ciutat o al medi natural com una forma d'enriquir les tipologies d'activitats físiques que es donen en contextos de pràctica motriu a l'escola i d'ocupar el temps de lleure identificant les possibilitats que ofereixen els diferents entorns. 4.2. Valorar l'entorn com a espai de pràctica d'activitats físiques saludables i satisfactòries en el temps de lleure, contribuint a la seva conservació utilitzant els espais, els materials i les instal·lacions de manera respectuosa i responsable i de les mesures que cal prendre per minimitzar-ne les afectacions.

Competències específiques de l'àrea (Educació primària)		
5. Mostrar comportaments i actituds empàtiques i inclusives en la pràctica d'activitats físiques, emprant habilitats socials i processos d'autoregulació per a fomentar la convivència.		
Criteris d'avaluació		
1r i 2n	3r i 4t	5è i 6è
5.1 Participar en activitats físiques percebut les emocions i els sentiments propis i de les altres persones, controlant les emocions pròpies negatives que hi puguin aparèixer fomentant la convivència. 5.2 Respectar les normes de funcionament de la classe, les regles de les activitats practicades, els espais i els materials emprats en els contextos de pràctica motriu a l'escola. 5.3. Reconèixer que en la pràctica d'activitats físiques tothom és diferent. 5.4. Desenvolupar habilitats socials a través de la participació en contextos de pràctica motriu a l'escola, iniciant-se en la resolució de conflictes.	5.1 Participar en activitats físiques reconeixent les emocions i els sentiments propis i de les altres persones, autoregulant el propi comportament i les emocions negatives que hi puguin aparèixer fomentant la convivència. 5.2. Respectar les normes consensuades de funcionament de la classe, les regles de les activitats practicades, els espais i els materials emprats en els contextos de pràctica motriu a l'escola 5.3 Valorar les diferències individuals de tothom en la pràctica d'activitats físiques com un enriquiment personal i col·lectiu. 5.4 Desenvolupar habilitats socials a través de la participació en contextos de pràctica motriu a l'escola, utilitzant estratègies de resolució de conflictes.	5.1. Comprendre les conductes, les emocions i els sentiments propis i de les altres persones, autoregulant el propi comportament i les emocions negatives que hi puguin aparèixer, expressant-les de forma assertiva fomentant la convivència. 5.2 Respectar les normes consensuades de funcionament de la classe, les regles de les activitats practicades, contribuint a la seva creació, modificació i millora, els espais i els materials emprats en els contextos de pràctica motriu a l'escola. 5.3. Valorar les diferències individuals de tothom en la pràctica d'activitats físiques com un enriquiment personal i col·lectiu mostrant una actitud crítica amb els estereotips dels models corporals en els mitjans de comunicació i la publicitat. 5.4. Mostrar habilitats socials en la resolució de conflictes de manera assertiva i respecte per la diversitat de tot tipus en contextos de pràctica motriu a l'escola i en la societat.
5.5. Mostrar una actitud de rebuig vers actuacions contràries a la convivència en la pràctica d'activitats físiques.	5.5. Rebutjar qualsevol tipus d'actuacions contràries a la convivència en la pràctica d'activitats físiques.	5.5. Rebutjar críticament qualsevol tipus d'actuacions contràries a la convivència en la pràctica d'activitats físiques i a la societat.

7. 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).