

PROJECTE ESPORTIU DE CENTRE

INSTITUT LA RIBERA

(Pla Català d'Esport a l'Escola)



Index:

1. Introducció:	3
2. Context	4
3. Objectius	7
4. Activitats esportives del centre	8
5. Coordinació esportiva del centre	9
6. Mesures i suports addicionals	10
7. Actuacions complementàries	10
8. Avaluació del PES	11
9. Normativa i funcionament	12
10. Normativa	14

Projecte Esportiu de Centre (PES)

1. Introducció:

Dades del centre:

Nom: INS La Ribera

Codi de centre: 08054174

Tipologia: Institut d'Educació Secundària obligatòria i postobligatòria

Ensenyaments: ESO i Batxillerat (científic-tecnològic i humanístic-social)

Adreça: Carrer Larramendi s/n, 08110 Montcada i Reixac

Telèfon: 667.38.36.99

Web: <https://agora.xtec.cat/ieslaribera/>

Direcció del centre: Pep Porca

Coordinador/a del PCEE: Marc Domingo Mallol

Missió del PES: Promoure una pràctica esportiva educativa, saludable, inclusiva i cohesiva, en sintonia amb els valors del centre, com l'esforç, el respecte, la calma i la convivència.

Visió del PES: Convertir l'esport en un eix vertebrador de la formació integral de l'alumnat, contribuint al desenvolupament personal, emocional i social, afavorint l'èxit acadèmic i la cohesió.

Justificació del PES: L'objectiu que perseguim amb aquest projecte és que el centre, més enllà de la jornada lectiva, sigui capaç d'oferir al seu alumnat i a les famílies una oferta de jornada extraescolar més completa, de manera que trobin en el centre les activitats que necessiten per a complementar la formació de l'alumnat i per a utilitzar d'una manera educativa i saludable el seu temps lliure.

Es fa cada vegada més necessari estendre les activitats i els serveis educatius complementaris, a fi de donar resposta al desig de les famílies d'atorgar una formació més àmplia als seus fills i filles, complementant l'educació reglada amb un altre tipus d'activitats que tenen un caràcter marcadament lúdic i d'utilització educativa i saludable del temps d'oci.

Considerem que implementar en el nostre centre la pràctica de l'esport fora de l'horari escolar ens permet completar el procés educatiu del nostre alumnat, desenvolupant les virtuts educatives que aporta la pràctica de l'esport per al creixement personal (esforç, coeducació, disciplina, dedicació, sacrifici, solidaritat, etc.) i, al mateix temps, introduir hàbits de vida saludable.

L'activitat esportiva ha de formar part de la vida quotidiana de les persones pel seu caràcter educatiu, la transversalitat de la seva essència, l'oci actiu, la recreació i la millora de la salut i el benestar social que pot aportar. L'esport ha de fomentar l'autonomia personal, ha de ser per a tots i totes, sense discriminació, i ha d'ensenyar a utilitzar un temps d'oci.

La pràctica de l'esport que plantegem en el projecte és poliesportiva, de manera que tot l'alumnat conegui de forma cíclica diverses modalitats esportives, d'acord amb la seva aptitud i edat. D'altra banda, inclou pràctiques participatives, que tindran en tot cas un caràcter eminentment formatiu.

Aquest projecte contribueix significativament a la nostra finalitat principal: pretenem que el nostre centre sigui un espai d'educació, estudi, convivència i participació.

La seva aprovació està prevista pel Consell Escolar durant el tercer trimestre del curs 2024-2025.

2. Context

Realitat del centre i del territori:

L'Institut La Ribera és un centre educatiu situat al nucli urbà de Montcada i Reixac, amb una localització cèntrica que facilita l'accés de l'alumnat procedent de diferents zones del municipi. Concretament, el centre acull estudiants dels barris de La Ribera, Can Sant Joan i Montcada Centre, zones amb realitats socials i culturals diverses.

La major part de l'alumnat prové de les escoles de proximitat, especialment de l'escola Reixac i El Turó, tot i que també s'incorpora alumnat procedent d'altres centres educatius del municipi. Cal destacar, però, que actualment l'institut no rep alumnat del barri de La Ribera ni de Can Sant Joan que cursa els seus estudis a l'Institut Escola El Viver.

El perfil de l'alumnat del centre reflecteix una gran diversitat, tant des del punt de vista cultural com socioeconòmic. Tot i que una part important de les famílies es troben en situacions de vulnerabilitat o amb un nivell socioeconòmic baix, també hi ha presència d'alumnat procedent de famílies amb un nivell adquisitiu més elevat, la qual cosa genera un entorn heterogeni i enriquidor. Aproximadament un 25% de l'alumnat prové de famílies d'origen estranger, i els fluxos migratoris actuals fan que el centre continuï rebent alumnat nouvingut de manera progressiva, fet que suposa un repte i alhora una oportunitat per continuar fomentant la inclusió, la convivència i la cohesió social dins del marc educatiu.

Relació amb el PEC i altres projectes:

Els paràmetres al voltant dels quals s'organitza el centre i que estan recollits al PEC són els següents:

- La **convivència**, primer de tot. Afavorir un bon clima de convivència al centre, prioritzar la cordialitat i el respecte entre persones. Fomentar un bon clima d'aula que afavoreixi els aprenentatges.
- Atorgar a l'**alumnat** el lideratge del seu aprenentatge.
- La **innovació** pedagògica i la **creativitat**, com a motor de canvi i motivació.
- **L'orientació**, com a eina per treballar el projecte vital, personal i professional dels nois i noies
- **Participació** activa com a procés potencial d'aprenentatge i social.
- **Integració del centre** a l'entorn, és a dir, mantenir i consolidar les relacions i col·laboracions amb els agents socials, famílies, entitats, etc.
- Promoció d'actituds i hàbits saludables amb actuacions d'educació per a la **salut** en un sentit ampli.

En aquesta realitat de centre, el Projecte esportiu de centre (PES) es troba plenament alineat amb el Projecte Educatiu de Centre (PEC), ja que comparteix i reforça els principis i objectius fonamentals que aquest estableix. En particular, destaca la coincidència en diversos eixos clau com ara la convivència, la inclusivitat, l'orientació personal i acadèmica de l'alumnat, així com la promoció d'hàbits de vida saludables, tant des del punt de vista físic com emocional.

Aquesta coherència entre el PES i el PEC es tradueix en la implementació de línies d'acció concretes i coherents, que tenen com a finalitat generar un entorn educatiu segur, acollidor i estimulants per a tot l'alumnat. A través d'aquesta articulació entre el PES i el PEC, el centre consolida una acció educativa integral que posa al centre la persona, promovent una formació competencial, inclusiva i orientada al desenvolupament integral de l'alumnat.

Estructura i organització esportiva del centre:

Organigrama:



Instal·lacions esportives pròpies:

Núm.	Instal·lacions esportives	Mobiliari esportiu
1	Pista poliesportiva	3 cistelles bàsquet, dues porteries
1	Sala polivalent coberta	escenari, espatlleres
2	Vestidors	amb lavabo i dutxes.

Recursos disponibles:

Per al desenvolupament de l'activitat, es compta amb els següents **recursos humans i materials**:

- **Recursos humans:**

- Dos docents del centre educatiu que participen activament en la planificació, organització i execució de les activitats esportives en horari lectiu, una de les quals és la coordinadora del PCEE.
- Un monitor/a d'extraescolars que donarà suport en la dinamització i seguiment dels grups.
- Si fos necessari, també es pot comptar amb la **col·laboració de l'AMPA**, que pot oferir suport logístic per complementar els recursos disponibles.

- **Recursos materials:**

- Es disposa del **material d'educació física** del centre (pilotes, cons, cordes, etc.), que pot ser utilitzat durant les sessions.
- A més, es compta amb un **pressupost específic** per a l'adquisició de material addicional necessari per al bon desenvolupament de l'activitat.

3. Objectius

Objectius generals:

- Fomentar hàbits de vida saludables, tant físics com emocionals.
- Millorar la convivència i afavorir la cohesió social dins de la comunitat educativa.
- Millorar el rendiment escolar a través d'un entorn educatiu inclusiu i motivador.
- Promoure la igualtat d'oportunitats i la inclusió de tot l'alumnat, independentment del seu origen, gènere o condició.
- Contribuir activament a l'assoliment dels Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS).
- Vetllar per l'ús del català com a llengua vehicular i de cohesió dins del centre educatiu.

Objectius específics:

- Desenvolupar valors fonamentals com l'esforç, la solidaritat, la responsabilitat i el respecte entre iguals.
- Impulsar la participació activa de tot l'alumnat en les diferents activitats i projectes del centre.
- Utilitzar l'activitat física i l'esport com a eina educativa per prevenir conductes de risc i promoure el benestar general.
- Afavorir contextos d'aprenentatge en què el català sigui present de manera natural, habitual i significativa.
- Enfortir els vincles entre alumnat, famílies i comunitat educativa per potenciar un entorn d'acompanyament i suport.

4. Activitats esportives del centre

L'educació física al nostre centre es desenvolupa de manera integral i organitzada, amb una clara aposta per fomentar hàbits saludables i la participació activa de l'alumnat tant dins com fora de l'horari lectiu. Aquesta matèria està present a tots els nivells educatius i és impartida per dos docents especialitzats.

Les instal·lacions esportives del centre inclouen una pista esportiva i una sala polivalent/gimnàs propi. A més podem comptar amb accés a diversos equipaments municipals en activitats especials gràcies a la col·laboració amb l'Ajuntament de Montcada. Aquesta col·laboració permet ampliar l'oferta i qualitat de les activitats físiques que es realitzen.

A banda de les dues hores setmanals d'educació física obligatòria, el centre promou diferents projectes i tallers relacionats amb l'activitat física. Cada curs es duu a terme una trobada esportiva per nivells amb altres centres educatius del municipi en instal·lacions públiques, per fomentar la cohesió social i el treball en equip. Aquestes trobades són preparades pels docents d'Educació física dels diferents centres en seminari que compartim. També s'organitzen sortides vinculades a altres activitats físiques com bicicletades o curses d'orientació, moltes de les quals compten amb suport o subvenció d'entitats públiques.

Una de les activitats més destacades aquest curs és la **sortida d'activitats aquàtiques** oberta a tot l'alumnat, que esdevé una oportunitat per conèixer i practicar esports d'aigua en un entorn diferent. A més, l'alumnat de primer de batxillerat s'encarrega d'organitzar una **jornada esportiva**, la qual suposa una experiència d'aprenentatge en lideratge, responsabilitat i organització d'esdeveniments, on hi participa l'alumnat de tot el centre.

Finalment, amb el suport del Pla Català d'Esport a l'Escola (PCEE), el centre ofereix **activitats extraescolars esportives** amb l'objectiu de facilitar la continuïtat de la pràctica física més enllà de l'horari escolar i fomentar un estil de vida actiu i saludable. Aquestes són impartides per un tècnic esportiu amb titulació i inscrit al ROPEC.

Aquestes activitats extraescolars són organitzades per la coordinadora del Pla Català de l'Esport a l'Escola (PCEE), qui s'encarrega de la gestió integral d'aquestes. Aquesta tasca inclou la inscripció a les activitats, la seva difusió interna i l'avaluació contínua del seu desenvolupament.

Pel que fa el monitoratge sempre es contracte personal qualificat (titulació esportiva o CIATE) i que tingui registre al ROPEC.

Per tal de respondre a les necessitats específiques del centre, no es cobra cap quota a l'alumnat usuari de les activitats extraescolars. Aquesta decisió facilita l'accés universal a les activitats, però alhora comporta algunes limitacions organitzatives. En concret, dificulta l'inici de les activitats al mes de setembre, ja que fins que no es confirma la continuïtat del centre dins el Pla Català de l'Esport a l'Escola (PCEE) i el Consell Esportiu no dóna l'autorització definitiva, no és possible contractar el monitoratge. Això impedeix iniciar les activitats amb immediatesa a l'inici de curs.

5. Coordinació esportiva del centre

El centre disposa d'una coordinadora del PCEE que alhora és la presidenta de l'AEE que s'encarrega de vetllar per la continuïtat del projectes esportiu del centre.

El coordinador disposa d'una reducció de 2 hores lectives setmanals per tal de dur a terme les tasques pròpies de la coordinació.

Un altre agent implicat és el Consell Esportiu, que col·labora mitjançant la contractació del monitoratge i dona suport constant, mostrant una gran predisposició. Aquests elements són clau per fer possible el desenvolupament de les activitats extraescolars. La seva contribució en l'organització i execució d'aquestes activitats té un impacte molt positiu en l'enriquiment de l'oferta educativa del centre.

6. Mesures i suports addicionals

L'Ajuntament ofereix un recurs de vetllador gratuït per a activitats extraescolars. Aquest suport s'ha de sol·licitar prèviament i cobreix tant el desenvolupament de l'activitat com els desplaçaments necessaris.

D'altra banda, en cas de necessitat, es fa una adaptació de les activitats per a l'alumnat NESE, en coordinació amb el SIEI i l'aula d'acollida. També es poden dissenyar plans personalitzats i proposar activitats alternatives segons les necessitats de l'alumnat.

7. Actuacions complementàries

A l'institut es duen a terme diverses actuacions complementàries amb l'objectiu de promoure hàbits de vida saludables entre l'alumnat. A continuació, es detallen algunes d'aquestes activitats:

- Tallers d'educació sexual.
- Tallers sobre alimentació saludable.
- Tallers de prevenció de conductes inadequades abans de la Festa Major.
- Tallers de sensibilització sobre els riscos del tabac (“No fumis”) i les begudes energètiques.
- Xerrades amb els Mossos d'Esquadra per tractar la prevenció de conductes que poden constituir un delictes, relacionades amb el consum de drogues, l'ús de pantalles i les xarxes socials.

Aquestes accions tenen com a finalitat fomentar el benestar físic i emocional dels joves i dotar-los d'eines per prendre decisions responsables i informades.

A més a més el curs passat es va començar a implementar a 1r d'ESO el programa **Pentabilities**, un recurs innovador que té com a objectiu fomentar les habilitats socioemocionals de l'alumnat a l'aula. Es tracta d'un programa que amb l'ajuda d'eines digitals, afavoreix el desenvolupament personal, la gestió emocional, la cooperació i altres competències socials essencials per al creixement integral dels joves.

8. Avaluació del PES

Inicial:

L'avaluació inicial és un procés clau per començar el curs amb una bona comprensió de l'alumnat i per adaptar l'oferta extraescolar a les seves necessitats i motivacions. Una part fonamental d'aquesta avaluació és la **detecció d'interessos**, que es duu a terme mitjançant un formulari de Google. Aquest formulari permet recollir informació sobre els gustos, preferències, expectatives i propostes dels alumnes, amb l'objectiu de dissenyar activitats que siguin realment significatives i atractives per a ells/es. A més, com a complement a aquesta recollida d'informació, es fa una valoració de les activitats realitzades durant el curs anterior. Aquesta anàlisi permet identificar quines propostes van tenir una bona acollida, quines van resultar menys efectives i quins aspectes es poden millorar. Així, es parteix tant de les aportacions dels alumnes com de l'experiència prèvia del centre per construir una programació més ajustada, inclusiva i motivadora, que fomenti la participació activa.

Procediment:

Al llarg del curs, es realitza un **seguiment trimestral** per tal de valorar com s'està desenvolupant l'activitat extraescolar i detectar possibles necessitats d'ajust. Aquest seguiment inclou la recollida de feedback tant per part de l'alumnat com del monitoratge, amb l'objectiu de conèixer el grau de satisfacció, la participació, la motivació i el funcionament general de l'activitat. Aquesta informació és essencial per identificar punts forts i àrees de millora, i permet introduir els canvis necessaris per garantir una

experiència educativa enriquidora i adaptada a l'evolució del grup. D'aquesta manera, l'avaluació esdevé un procés continu i participatiu, que contribueix a la qualitat i adequació de l'oferta extraescolar.

Resultats:

Al final del curs, amb l'elaboració de la **memòria**, es fa una valoració global de tots els aspectes que s'han anat recollint al llarg de l'any. Aquesta memòria recull les observacions del seguiment trimestral, el feedback de l'alumnat i del monitoratge, així com els resultats de les activitats realitzades. A partir d'aquesta anàlisi, es poden identificar tant els punts forts com aquells aspectes que cal millorar. Això permet fer una proposta fonamentada de canvis per al curs següent o bé optar per la continuïtat de les accions que han resultat positives i adequades. La memòria, per tant, esdevé una eina clau per a la millora contínua i la presa de decisions de cara a futures edicions de l'activitat extraescolar.

9. Normativa i funcionament

Aquest apartat recull les directrius de comportament, respecte, ús adequat dels materials i els valors que orienten les activitats esportives del centre, tant dins com fora de l'horari lectiu. També s'hi destaca l'ús del català com a llengua vehicular i d'unió en tot l'àmbit esportiu.

Normes per a les Activitats:

- **Respecte i convivència:** Es fomenta un entorn on prevalgui el respecte entre l'alumnat, els monitors i el personal del centre. Tots els participants han de mostrar una actitud respectuosa cap als companys, el personal i les instal·lacions.
- **Valors de l'esport:** En totes les activitats es potenciaran valors com la col·laboració, la solidaritat, la dedicació, la inclusió i el respecte per la diversitat. Es posarà un èmfasi especial en desenvolupar actituds d'esportivitat i una competència saludable.

- **Llengua catalana com a llengua vehicular:** El català s'utilitzarà com a llengua principal en totes les activitats esportives, també en les extraescolars. Això afavoreix la cohesió del grup i reforça l'ús de la llengua pròpia dins l'àmbit 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. Es disposa de pressupost per poder adquirir tot el material necessari per l'extraescolar.
- **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.

10. Normativa

S'han tingut en compte els següents documents per tal de redactar aquest document:

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).

[PEC de l'Institut de la Ribera.](#)

Guió per elaborar o actualitzar el projecte esportiu de centre (PES).