



PROJECTE ESPORTIU
DE L'INSTITUT ESCOLA
SANT QUINTÍ DE
MEDIONA
Curs 2023-2024

INDEX

1. Introducció

2. Diagnosi inicial

Característiques del centre

3. Objectius del centre

4. Organització de les activitats esportives del centre

5. La coordinació esportiva del centre

6. Oferta de les activitats esportives extraescolars

7. Actuacions complementàries per l'adquisició d'hàbits saludables.

8. Avaluació del Projecte Esportiu de Centre.

1. Introducció

L'Institut Escola Sant Quintí de Mediona vol arribar a ser:

- De tots els nens i totes les nenes i de tots els joves de la població i dels municipis de Sant Quintí i Mediona en l'etapa de secundària.
- Inclusiva.
- Inserida en l'entorn socio-cultural i propiciadora de la cohesió social mitjançant la llengua catalana.
- Potenciadora de la implicació en el projecte d'escola de tota la Comunitat Educativa (alumnat, famílies, professorat, AFA, Consell Escolar, educadora social, medidora cultural,...) i de les Institucions.
- Laica i respectuosa amb els valors (respecte d'un mateix i d'altri, dels béns col·lectius i personals,...) i la dignitat de les persones.
- De qualitat.
- Innovadora.

El centre s'insereix activament en el seu entorn socio-cultural i, per tant, lingüístic: poble, municipis, comarca, país, i incorpora amb actitud oberta i progressista els seus coneixements i valors culturals a la programació i vida col·lectiva de l'escola, desenvolupant en l'alumnat els instruments que fomentin les Competències Bàsiques.

Ja fa uns quants anys que el centre (abans Escola Antoni Grau Minguell, des del curs 2019-2020 Institut Escola Sant Quintí de Mediona) forma part de manera activa del Pla Català d'Esport a l'escola on l'objectiu principal és augmentar el nombre d'infants i adolescents que realitzin alguna activitat física de manera regular. I perquè això sigui palès des de la Secció Esportiva de l'AFA s'oferten activitats, a un preu molt reduït, conjuntament amb el Consell Esportiu de l'Alt Penedès, l'ajuntament i el centre, en horari no lectiu.

2. Diagnosi inicial

Característiques del centre

L'Institut Escola Sant Quintí de Mediona prové de la unió l'any 2019 de l'Escola d'Infantil i Primària Antoni Grau Minguell i l'Institut Vall del Mediona.

El centre té aproximadament 380 alumnes de 3 a 16 anys. Les etapes d'Infantil i Primària són d'una sola línia (excepte alguns cursos, que són de dues línies), i les ràtios dels grups són d'entre 15 i 25 alumnes. L'etapa de Secundària és de dues línies de Primer a Quart d'ESO.

Característiques de l'Educació Física al centre

✓ Nombre d'hores

En Decret 175/2022, de 27 de setembre, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació bàsica detalla 385 hores mínimes que han de realitzar els i les alumnes durant l'etapa de Primària i en el centre queden repartides de manera que cada curs realitza una sessió setmanal d'una hora i trenta minuts setmanals. I a l'etapa d'educació secundària es realitzen dos hores setmanals de la matèria.

✓ Docents especialistes

El centre compta amb tres docents especialistes d'Educació Física. dues docents, que fa l'Educació Física a Primària; i un docent per tota la Secundària. A més, de les mestres d'educació infantil que fan la Psicomotricitat amb els seus grups.

✓ Instal·lacions

El centre compta amb un gimnàs amb un petit escenari, lavabos i vestidors, un pati amb dues pistes poliesportives amb cistelles de bàsquet i porteries de futbol i una zona de sorra amb arbustos. Aquestes instal·lacions són d'ús habitual per educació infantil i primària.

A uns pocs metres del centre hi ha la zona esportiva del poble, amb el poliesportiu i el camp de futbol, instal·lacions utilitzades per l'educació secundària

3. Objectius del centre

Els objectius generals del projecte els podem concretar en els següents:

- A. Articular les activitats esportives de forma eminentment pràctica, tant internes com externes que afavoreixin l'adequada canalització d'habilitats i destreses que complementin un model d'educació integral.
- B. Potenciar a través de l'activitat esportiva la projecció del centre a l'entorn, vinculant-ho amb la localitat.
- C. Desenvolupar la pràctica de l'esport com recreació, divertiment i complement fonamental de la formació integral de l'alumnat d'educació primària.
- D. Fomentar entre l'alumnat l'adquisició d'hàbits permanents d'activitat física i esportiva, com a element per al seu desenvolupament personal i social.
- E. Augmentar el desenvolupament motriu, cognitiu i afectiu de l'alumnat participant.
- F. Realitzar activitats fisicoesportives de manera voluntària, primant de manera especial els aspectes de promoció, recreatius i cobrir part del temps d'oci de manera activa, lúdica i divertida.
- G. Ser un element imprescindible per a la integració dels col·lectius desfavorits.
- H. Fer de la pràctica esportiva un instrument per a l'adquisició de valors com ara la solidaritat, la col·laboració, el diàleg, la tolerància, la no discriminació, la igualtat entre sexes, l'esportivitat i el joc net.
- I. Afavorir la utilització de les instal·lacions esportives escolars en horari no lectiu per l'alumnat de forma eficaç.

4. Organització de les activitats esportives del centre.

Educació Infantil

L'alumnat d'aquesta etapa realitza 1 hora i 30 minuts setmanals de Psicomotricitat seguint la metodologia psicomotriu d'Aucouturier.

Educació Primària

L'alumnat de Primària realitza 1 hora i 30 minuts d'Educació física seguint les indicacions del *Decret 175/2022, de 27 de setembre, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació bàsica pel que fa als aspectes curriculars.*

Les competències específiques de l'àrea d'Educació Física a l'etapa de l'educació primària són el referent a seguir per desplegar una educació física significativa, competencial, innovadora i alineada amb les necessitats actuals de la societat. Donen continuïtat als aprenentatges adquirits per l'alumnat a l'etapa de l'educació infantil. El descobriment i l'exploració de la corporalitat que es desenvolupen des de l'enfocament de la psicomotricitat donen pas a un tractament més precís i en profunditat del cos (*Decret 175/2022, de 27 de setembre, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació bàsica pel que fa als aspectes curriculars*)

Es treballen un total de 5 competències específiques que són la concreció dels indicadors operatius de les competències clau definits al perfil competencial de sortida de l'alumnat al final de l'educació bàsica:

Competència específica 1

Resoldre situacions motrius diverses de forma eficaç i creativa, articulant capacitats i habilitats motrius per donar resposta a projectes i pràctiques d'activitats físiques de la vida quotidiana.

Competència específica 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 adquirir hàbits que contribueixen al benestar físic, mental i social.

Competència específica 3

Prendre part en activitats motrius individuals i col·lectives, de joc i d'expressió i comunicació corporal per integrar-les en el repertori motriu i afavorir les relacions interpersonals.

Competència específica 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 participar en la seva conservació i millora.

Competència específica 5

Mostrar comportaments i actituds empàtiques i inclusives en la pràctica d'activitats físiques emprant habilitats socials i processos d'autoregulació per fomentar la convivència

Educació Secundària

L'educació física en l'etapa d'educació secundària obligatòria dona continuïtat a la feina feta en l'etapa anterior i als reptes clau que s'hi van començar a abordar, que passen, entre d'altres, per aconseguir que l'alumnat consolidi un estil de vida actiu i saludable, el coneixement de la pròpia corporalitat, el desenvolupament de tots els processos de decisió que intervenen en la resolució de situacions motrius, el gaudi de les manifestacions culturals de caràcter motriu, l'ocupació del temps de lleure a través de la pràctica d'activitats físiques que siguin segures i sostenibles per combatre el sedentarisme o la consolidació de valors cívics i habilitats socials que han de ser presents per conviure en societat.

També es treballen un total de 5 competències específiques, que són la concreció dels indicadors operatius de les competències clau definits al perfil competencial de sortida de l'alumnat al final de l'educació bàsica.

Competència específica 1

Adquirir un estil de vida actiu i saludable incorporant la pràctica d'activitats físiques i d'hàbits beneficiosos per a la contribució del benestar físic, mental i social.

Competència específica 2

Aplicar la tècnica, la tàctica i l'estratègia vinculades amb els jocs i els esports per a la resolució de situacions motrius.

Competència específica 3

Utilitzar els recursos expressius com a mitjà de relació, comunicació i integració social per a l'autoconeixement.

Competència específica 4

Planificar activitats físiques a l'entorn de manera sostenible i segura per a l'ocupació i gaudi del temps de lleure.

Competència específica 5

Adquirir actituds, valors i habilitats socials en la pràctica d'activitat física i esportiva per a la millora de la convivència i la cohesió social.

5. La coordinació esportiva del centre.

La coordinació del projecte la lidera la mestra d'educació física del centre, Helena Mata, amb el suport de l'altre docent d'educació física de Primària, Laia Vallès i el professor d'educació física de secundària, Lluís Arnabat, i amb el recolzament de l'Equip Directiu i el Claustre.

Al llarg del curs es realitzen reunions informatives i de coordinació, amb les figures esmentades en el paràgraf anterior.

6. Oferta de les activitats esportives extraescolars

Les activitats extraescolars les coordina la Mònica Florido des del Consell Esportiu de l'Alt Penedès. Són activitats adreçades a tot l'alumnat on cada família fa un pagament anual per a tot el curs.

Les activitats que es duen a terme el curs 2023-2024 durant les tardes són les següents:

- Preesportiva
- Psicomotricitat
- Bàsquet.
- Volei.
- Dansa.
- Patinatge.

A part d'aquestes activitats, que són continuades al llarg del curs; està previst que tot l'alumnat de Primària gaudeixi d'un **taller d'arts marcial**s entre el segon i el tercer trimestre.

7. Actuacions complementàries per l'adquisició d'hàbits saludables

Pel que fa a l'etapa de Primària els cursos de Segon, Quart i Sisè s'ha introduït la ***Carpeta Viatgera***, és una carpeta amb continguts i activitats d'educació física. Cada setmana se l'emporta a casa un infant diferent i realitza les tasques que vol, les tasques estan pensades per involucrar a tota la família en la pràctica regular d'exercici i d'activitat física. Han de mostrar evidències de la realització de les tasques, ho poden fer amb fotos o vídeos; escrivint la seva experiència, proposar noves activitats, receptes saludables o reptes i deixar-ho escrit en la llibreta que hi ha a dins.

Està previst de cara al tercer trimestre fer unes jornades pel **Dia de l'Educació Física al carrer**.

Xerrades o tallers:

EI5	Pren fruita cada dia (A1)	1	6
PRI1	Vigila amb el sol solet (E1)	2	7
PRI2	L'esmorzar és la clau (A2)	1	4
PRI3	Vaig net, estic content (E2)	1	5
PRI4	Els aliments, la nostra energia (A3)	1	2
PRI5	Bona postura, bona salut (E3)	2	3
PRI6	Parlar de sexualitat, ara? (B1)	1	1
	Autoprotecció (F1)	1	11
ESO1	Pantalles i xarxes socials (C3)	2	13
ESO2	Descobrim les sexualitats (B2)	2	12
ESO3	Desmitifica l'alcohol (C2)	3	8
ESO4	Sexualitat sana i plaent (B3)	2	9
DOCENTS	Autoprotecció, suport vital bàsic i DEA (F3)	1	10

OFICINA DE JOVENTUT CCAP

CURS	IGUALTAT I GÈNERE	SALUT I CONSUM	ORIENTACIÓ ACAD.	SEXUALITAT	MEDIACIÓ
ESO1	LLENGUATGE NO SEXISTA	PANTALLES. BON ÚS I MAL ÚS DE LES TIC			CERCLES DE DIÀLEG
ESO2	DIVERSITAT SEXUAL I DE GÈNERE	PANTALLES. CIBERASSETJAMENT ENTRE IGUALS		SEXUALITATS, EN PARLEM?	CERCLES DE DIÀLEG
ESO3		ALCOHOL I ALTRES DROGUES	DESPRÉS DE L'ESO, QUÈ?	EL CAMÍ MÉS HOT...O NO	CERCLES DE DIÀLEG
ESO4	RELACIONS AFECTIVES IGUALITÀRIES	GAME OVER	-EM CONEC -PRESA DE DECISIONS -DESPRÉS DE L'ESO, QUÈ?		CERCLES DE DIÀLEG

8. Avaluació del Projecte Esportiu de Centre

Pel que fa al seguiment del projecte es realitzen mitjançant reunions periòdiques i a final curs del coordinador del programa amb tots els agents implicats en el projecte (docents, equip directiu, AFA, monitors esportius) de portar-lo a terme.

En les reunions esmentades es fa un seguiment de les activitats, alumnat participant en cadascuna d'elles, necessitats de materials, etc.