



Projecte Esportiu de Centre (PES)



Institut
Escola
La Mina



INSTITUT: Ramon Llull, 450-458 - T. 933 811 816 · ESCOLA: Rambla de La Mina, 36 - T. 934 621 913
08930 Sant Adrià de Besòs - Barcelona · a8075384@xtec.cat · <http://ielamina.cat/>



Índex

1. Introducció

- Dades del Centre
- Equip Directiu
- Justificació del PES

2. Context

- Relació amb el Projecte Educatiu de Centre (PEC)
- Realitat del Centre i territori
- Organització esportiva

3. Objectius i relació amb els ODS

- Objectius generals
- Objectius específics
- Objectius de cohesió social

4. Activitats esportives del Centre

- Oferta d'activitats (curriculars i extraescolars)
- Gestió de les activitats
- Propostes de millora

5. Coordinació esportiva

- Funcions i agents responsables

6. Mesures inclusives

- Adaptació de les activitats i suport especialitzat

7. Promoció d'hàbits saludables

- Accions de salut i benestar
- Projectes relacionats amb alimentació i equilibri emocional



8. Avaluació del PES

- Avaluació inicial
- Avaluació del procediment
- Avaluació de resultats

9. Normativa i funcionament de les activitats

- Normativa interna sobre convivència, llengua i material
- Funcionament de les activitats extraescolars

10. Normativa

- Referències a disposicions i resolucions oficials

11. Entitats col·laboradores

- Llista d'associacions i organismes de suport extern



Projecte Esportiu de Centre (PES)

Institut Escola La Mina - Sant Adrià de Besòs

1. Introducció

Centre: Institut Escola La Mina

Codi: 08075384

Adreça: Rambla de La Mina, 36 (Escola), Carrer de Ramon Llull, 450-458 (Institut)
08930 Sant Adrià de Besòs

Telèfons: 934621913 (Escola) - 933811816 (Institut)

Web: <http://ielamina.cat/>

Equip Directiu

- **Directora:** Marta del Campo Casals
- **Cap d'estudis Escola:** Noemí Garcia Fortanete
- **Cap d'estudis Institut:** Anna Pérez Comes
- **Coordinadora pedagògica Escola:** Raquel Montes Lort
- **Coordinador pedagògic Institut:** Agustí Clua Ferré
- **Secretària Escola:** Humildad Crespo Fernández
- **Secretari Institut:** David Freixes Quirós

Coordinador PCEE: Adrià Meruelo del Àguila



L'Institut Escola La Mina defensa una educació integral i promou l'ús del català com a eina de cohesió social i inclusió. El Projecte Esportiu de Centre (PES) pretén aprofitar el valor educatiu de l'activitat física i l'esport com a recursos formatius, socials i saludables, integrant-los plenament dins del Projecte Educatiu del Centre.

Justificació del PES

L'Institut Escola La Mina entén l'educació com un procés integral que va més enllà de l'adquisició de coneixements acadèmics. L'activitat física i l'esport esdevenen eines educatives fonamentals per afavorir el desenvolupament personal, social i emocional de l'alumnat, així com per promoure hàbits de vida saludables.

El Projecte Esportiu de Centre (PES) neix amb la voluntat d'estructurar i donar coherència a totes les accions esportives i d'activitat física que es duen a terme dins i fora de l'horari lectiu, posant especial èmfasi en la inclusió, la cohesió social, la igualtat d'oportunitats i l'equitat.

Amb aquest projecte es vol aconseguir que el Centre, més enllà de l'horari lectiu, pugui oferir a l'alumnat i a les seves famílies una jornada escolar més completa. L'objectiu és proporcionar activitats que complementin la formació acadèmica i que facilitin un ús del temps lliure educatiu, positiu i saludable, que afavoreixi el benestar.

Cada vegada és més necessari ampliar l'oferta d'activitats i serveis educatius complementaris per donar resposta a la voluntat de les famílies d'oferir una educació més global als seus fills i filles, combinant l'ensenyament reglamentat amb activitats lúdiques que promoguin un lleure actiu i saludable.

En un context socialment vulnerable com el del barri de la Mina, l'esport esdevé una eina clau de transformació social, de prevenció de conductes de risc i de millora de la convivència. El PES pretén garantir l'accés universal a la pràctica esportiva, independentment de la situació socioeconòmica de l'alumnat.



La incorporació de la pràctica esportiva fora de l'horari escolar contribueix a completar el procés educatiu de l'alumnat, potenciant valors propis de l'esport com l'esforç, la responsabilitat, la constància, la solidaritat i la coeducació, alhora que es fomenten hàbits de vida saludables.

L'activitat esportiva ha de formar part del dia a dia de les persones pel seu valor educatiu, pel foment de l'oci actiu, la recreació i la millora de la salut i del benestar personal i social. L'esport afavoreix el desenvolupament de l'autonomia personal, ha de ser inclusiu i accessible per a tothom, sense cap mena de discriminació, i ha de contribuir a un ús positiu del temps lliure.

Aquest projecte s'alinea plenament amb la missió del Centre, que concep l'escola com un espai d'aprenentatge, convivència i participació activa. Per aquest motiu, i amb el suport del Consell Escolar i del Claustre de professorat, es presenta aquest Projecte Esportiu de Centre.

2. Context

Relació amb el Projecte Educatiu de Centre (PEC)

El PES està plenament alineat amb el PEC de l'Institut Escola La Mina, que persegueix la igualtat d'oportunitats i l'èxit per a tot l'alumnat, contemplant la dimensió social i educativa de l'aprenentatge. Els seus valors fonamentals són: equitat, inclusió, interculturalitat, coeducació, respecte i resiliència. És un Centre educatiu obert, actiu i inclusiu que promou la cultura de la participació per generar expectatives positives en relació a l'aprenentatge.

La missió de l'IE La Mina és oferir una formació integral basada en:

- l'acompanyament vetllant pel procés d'aprenentatge i maduració,
- el treball per a l'adquisició de les competències bàsiques, i



- la preparació necessària per esdevenir persones competents i compromeses, i bons ciutadans, per afrontar els nous reptes de la societat actual i futura.

En aquest marc, l'activitat física es concep com un element transversal que contribueix al desenvolupament de competències personals i socials, a la millora de la convivència i al benestar emocional de l'alumnat.

En definitiva, es pretén afavorir la salut i el benestar emocional (vector transversal del currículum) d'infants i joves per:

- Sentir-se bé, amb harmonia i amb tranquil·litat.
- Establir relacions positives amb un mateix i amb els altres.
- Afavorir el neurodesenvolupament i l'aprenentatge: atenció, motivació, hàbits.
- Millorar l'autoestima i les relacions socials, la salut mental, afectiva, l'erradicació i la prevenció de les violències.
- Promoure un estil de vida sa i equilibrat, alimentació, esport, salut física, higiene del son.

Realitat del Centre i territori

L'Institut Escola La Mina està ubicat en un barri amb una elevada diversitat cultural i una realitat socioeconòmica complexa. Molts alumnes tenen un accés limitat a activitats esportives fora de l'àmbit escolar, fet que reforça la necessitat que el Centre ofereixi una proposta esportiva estructurada, accessible i educativa.

El Centre compta amb instal·lacions esportives pròpies i amb la proximitat d'equipaments municipals que permeten ampliar l'oferta d'activitats físiques i esportives.

Organització esportiva

- Coordinació de les activitats esportives des del Departament d'Educació Física i dels especialistes docents de totes les etapes educatives.



- Participació en programes institucionals com el Pla Català de l'Esport a l'Escola (PCEE).
 - Col·laboració amb entitats esportives i socials de l'entorn.
-

3. Objectius i relació amb els ODS

Objectius generals

- Promoure la pràctica regular d'activitat física com a hàbit de vida saludable. **(ODS 3)**
- Integrar l'activitat física dins del Projecte Educatiu del Centre. **(ODS 4)**
- Afavorir la inclusió i la cohesió social mitjançant l'esport. **(ODS 10, ODS 16)**

Objectius específics

- Millorar les capacitats físiques i les habilitats motrius bàsiques. **(ODS 3, ODS 4)**
- Potenciar el benestar emocional i l'autoestima de l'alumnat. **(ODS 4)**
- Fomentar valors com el respecte, la responsabilitat, la cooperació i el treball en equip. **(ODS 4)**

Objectius de cohesió social

- Vetllar per l'ús del català com a llengua vehicular en les activitats esportives. **(ODS 4, ODS 11)**
 - Utilitzar l'esport com a eina de convivència i resolució pacífica de conflictes. **(ODS 16)**
 - Promocionar un entorn inclusiu i cohesionat. **(ODS 10, ODS 16)**
 - Impulsar la participació de les famílies i de la tota la comunitat educativa. **(ODS 17)**
-



4. Activitats esportives del Centre

Oferta d'activitats

- **Educació física curricular:** a tots els nivells de primària i de l'ESO, amb una proposta variada i inclusiva. Fins i tot, es realitzen activitats compartides entre Institut i Escola com, per exemple, "Pedals al barri", en què l'alumnat de 1r i 2n d'ESO, i el de 5è i 6è de primària, aprenen a anar en bici fent diferents dinàmiques i recorreguts amb monitors especialitzats. A l'**etapa d'infantil** és fonamental la **psicomotricitat** dins de l'horari lectiu i s'ofereix, també, com a activitat extraescolar, ja que al barri no hi ha oferta per a aquestes edats.

- **Activitats extraescolars esportives:** futbol sala, *kickboxing* i voleibol. Pel que fa a l'activitat de futbol, que és molt reconeguda, hi ha un equip a la categoria aleví (5è i 6è) que competeix a la lliga del Consell Esportiu del Barcelonès Nord. S'entrenen dos dies a la setmana (el dilluns i el dijous) i juguen un partit els divendres a la tarda. Aquesta activitat ha esdevingut un element clau per potenciar el sentit de pertinença, la participació, l'assistència plena i l'acompanyament en el trànsit de primària a secundària. El seu entrenador és mestre de cicle superior i un referent per a les famílies i els infants.

- Participació en programes i activitats del **PCEE**. Algunes de les activitats realitzades són una visita al circuit de Catalunya-Barcelona i un taller sobre hàbits saludables.

- **Trobades esportives intercentres:** durant el curs, a l'Institut Escola La Mina es realitzen diferents trobades de diverses modalitats esportives amb d'altres centres.

A 1r de primària es realitza l'activitat "Jocs tradicionals del món", a l'abril. S'organitza en col·laboració amb els alumnes de cicles formatius de l'Institut La Bastida de Santa Coloma de Gramenet i de l'Escola Túrbula de Sant Adrià de Besòs.

A 4t de primària es du a terme una trobada interescolar anual anomenada "Llença't a la lluita", al març, que compta amb el suport de la Federació de Lluita. La Federació



Catalana de Lluita ens cedeix un tapís homologat durant un trimestre per dur a terme una SA de jocs de lluita a l'Escola.

Els grups de 2n de primària i 4t d'ESO, cada curs, compten amb unes sessions de natació a les instal·lacions del CEM Besòs (Centre Esportiu Municipal).

A secundària es realitzen les anomenades “Jornades escolars de l'esport adaptat a les escoles”, en què l'alumnat de tot l'ESO practica diferents esports adaptats, com l'eslàlom, la *boccia*, el futbol, el bàsquet i el vòlei amb el suport d'entrenadors especialitzats en la matèria, que porten el material necessari per dur a terme aquestes activitats.

També, cada curs, amb els grups de 1r d'ESO, durant cinc sessions d'una hora i mitja, i amb la col·laboració del Circ de l'Ateneu de 9Barris, es realitza l'activitat “Expressem-nos amb el circ”. A partir de l'aprenentatge de tècniques com, l'acrobàcia, les malabars, els equilibris i la seva posterior exhibició es poden millorar i desenvolupar les facultats relatives a la cooperació, la solidaritat, l'esforç, la superació, la comunicació, l'autoestima i la participació.

Al nostre Centre també realitzem classes d'educació física a l'exterior, aprofitant els recursos i oportunitats que ens ofereix l'entorn proper. Concretament, desenvolupem activitats al Parc del Fòrum i a la platja del Fòrum (entre d'altres), espais que ens permeten treballar la condició física, els jocs i els esports en un context diferent del gimnàs o del pati. Aquest entorn natural i urbà afavoreix la motivació de l'alumnat, fomenta hàbits de vida activa i ens permet connectar l'activitat física amb el respecte pel medi i l'ús responsable dels espais públics.

Cada curs realitzem una jornada dedicada a algun esport aquàtic. Normalment, fem un dia dedicat a la vela (4t d'ESO i AO) que es diu *Bateig de mar*, i que és una activitat d'iniciació als esports nàutics que permet a l'alumnat un primer contacte amb el mar d'una manera segura i guiada. També ja fa dos cursos que amb 1r i 2n d'ESO es fa *Paddle surf*. Aquestes activitats ajuden a molt d'alumnat a perdre la por en un medi desconegut (sobretot, l'alumnat nouvingut).



Gestió de les activitats

- Coordinació des del Centre amb suport d'entitats externes.
- Monitors/es titulats/des i formats/des en educació en valors.
- Supervisió i coordinació del PCEE des de l'Escola.
- Participació dins el grup de treball de mestres d'EF de primària.
- Inscripcions obertes i amb criteris d'equitat i accessibilitat.

Propostes de millora

- Ampliar l'oferta d'activitats no competitives.
- Adequar més zones del pati per a la pràctica de jocs cooperatius i no competitiu.
- Fomentar activitats esportives mixtes i inclusives.
- Desenvolupar jornades esportives amb famílies i entitats del barri.
- Col·laborar amb d'altres entitats esportives locals i de proximitat per tal de fer tallers, sessions i demostracions.

5. Coordinació esportiva

- Coordinador/a PCEE: Adrià Meruelo del Àguila.
- Funcions: planificació, seguiment de les activitats, supervisió del monitoratge, coordinació amb entitats externes, Consell Esportiu i entitats locals i avaluació del projecte.
- Implicació del Claustre, de docents especialistes en EF i de l'Equip Directiu.

6. Mesures inclusives

- Adaptació de les activitats per assegurar la participació de l'alumnat amb necessitats educatives especials i respectant la diversitat funcional, cultural i de gènere.



- Suport de l'EAP, orientació educativa i d'altres professionals del Centre.
 - Garantia d'accés a l'activitat esportiva per a tot l'alumnat.
-

7. Promoció d'hàbits saludables

- Tallers i xerrades sobre activitat física, salut, higiene i equilibri físic i emocional.
 - Promoció i activitats de sensibilització d'hàbits d'alimentació saludable.
 - Desenvolupament de projectes de promoció de la salut vinculats a l'àrea d'educació física (des de xerrades i tallers impartits per diverses entitats fins a la matèria del projecte de vida saludable).
 - Implementació de la matèria del projecte de vida saludable (en què l'alumnat treballa els pilars d'una vida amb hàbits saludables i, fins i tot, arriba a organitzar la seva pròpia cursa popular al barri de la Mina, anomenada "La Milla de la Mina").
 - Activitats de gestió emocional vinculades a l'esport.
 - Organització de la venda d'esmorzars saludables al pati (un dia per setmana) durant tot el curs.
-

8. Avaluació del PES

Avaluació inicial

- **Realització d'enquestes o qüestionaris inicials** adreçats a l'alumnat, les famílies i el professorat.
- **Observació directa** de les sessions d'activitat física i de l'ús dels espais del Centre.
- **Anàlisi dels recursos esportius disponibles**, així com de les instal·lacions.
- **Revisió dels hàbits saludables** i del grau de participació en activitats esportives anteriors.
- **Avaluació del desenvolupament del projecte**: control de l'assistència, valoració de l'oferta i incidència educativa.



- **Avaluació dels resultats obtinguts:** impacte en la salut, la convivència, la inclusió i la participació.

Avaluació del procediment

- **Control de la participació** en les activitats segons nivells i cicles educatius.
- **Ús de diaris o documents de seguiment** per part del professorat responsable.
- **Observació sistemàtica i recollida d'aportacions** de l'alumnat i de les famílies.
- **Valoració qualitativa** per part del professorat i monitors/es.

Avaluació de resultats

- **Participació i continuïtat:** percentatge d'alumnat i de famílies que prenen part en les activitats organitzades i hi continuen participant.
 - **Diversitat de propostes:** quantitat i varietat d'activitats esportives que es duen a terme.
 - **Inclusió:** grau de participació real de l'alumnat amb necessitats educatives específiques.
 - **Satisfacció del professorat i de les famílies,** recollida mitjançant enquestes o entrevistes.
 - **Valoració de l'impacte** en la convivència i el benestar de l'alumnat.
 - **Ús del català** en els espais i situacions de joc i de pràctica esportiva.
-



9. Normativa i funcionament de les activitats

Aquest apartat recull les normes de conducta, respecte, utilització del material i els valors que orienten les activitats esportives del Centre, incloses les activitats extraescolars. Així mateix, fixa l'ús de la llengua catalana com a element de cohesió i comunicació en tots els espais esportius.

- **Puntualitat i compromís d'assistència:** es requereix arribar puntualment a l'inici de cada activitat i mantenir una assistència regular, i cal afavorir la constància i la cohesió del grup.
- **Compliment de les normes de seguretat:** totes les activitats es desenvoluparan seguint els protocols de seguretat establerts, i l'alumnat haurà de respectar en tot moment les indicacions dels monitors i de les monitores per prevenir accidents o incidències.
- **Relació respectuosa i inclusiva:** en les activitats extraescolars es garantirà la participació de tot l'alumnat, sense cap tipus de discriminació, fomentant una convivència basada en el respecte mutu.
- **Ús responsable del material i de les instal·lacions:** tot l'alumnat ha de fer un ús adequat del material esportiu i de les instal·lacions del Centre, respectant-los i cuidant-los per garantir-ne la conservació i el bon funcionament. Qualsevol incidència o deteriorament s'ha de comunicar al professorat o als/les responsables de l'activitat.

Aquestes normes garanteixen que les activitats esportives es duguin a terme en un context basat en valors, respecte i compromís amb la llengua i la cultura catalanes, tot afavorint un entorn segur, formatiu i enriquidor per a tota la comunitat educativa.



10. Normativa

Inclou la normativa actualitzada que regeix l'esport escolar i les disposicions legals que emmarquen el PES per a la seva aplicació correcta dins el Centre.

- 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).

11. Entitats col·laboradores

- Espai Jove La Mina
- La Rotllana
- Consell Esportiu del Barcelonès
- CEM Besòs
- Entitats esportives i socials del barri de la Mina
- Ajuntament de Sant Adrià de Besòs
- Federació Catalana de Lluita



- Grup d'Especialistes d'EF d'Educació Primària
- FCEDF (Federació Catalana d'Esports de persones amb Discapacitat Física)



Institut
Escola
La Mina

Febrer de 2026