

# EXTRAESCOLARS IES VILADOMAT

CURS 2023-24



**team** Deporte  
Educación  
Ocio

# QUI SOM

**TEAM** és una associació cultural i esportiva sense afany de lucre creada l'any 2014 amb molta il·lusió i per transmetre valors mitjançant l'esport i la cultura.

Tenim un profund coneixement en el sector del lleure i això ens va impulsar a la creació d'aquest projecte.

Valorem el fet de no creixer com a entitat per poder oferir un servei amb un valor diferencial sent més propers i en conseqüència donar més qualitat.

El nostre objectiu és participar en el desenvolupament integral dels infants mitjançant la cultura i l'esport com a eix educatiu.

# QUE OFERIM

**OFERIM** activitats extraescolars esportives i culturals. Donem un servei de qualitat amb un equip de professionals en l'especialitat específica de cadascú. La seva implicació en transmetre els valors i aplicar la nostra filosofia en el tracte diari amb els joves dels diferents grups, és imprescindible per formar part del nostre equip.

També oferim la gestió integral els serveis educatius (administratives, legals i professionals).



**GRAELLA  
EXTRAESCOLARS  
ACTIVITATS  
ESPORTIVES**

ACTIVITAT	CURS	DIA	HORARI	PREU MENSUAL
*BÀSQUET INFANTIL	1r i 2n	Dimarts i dijous	18-19h	34€
*BÀSQUET CADET	3r i 4t	Dimarts i dijous	19-20h	34€
*BÀSQUET JUVENIL	Batxillerat	Dimarts i dijous	19-20h	36€
DANSA URBANA	1r a 4t	Dimarts i dijous	18-19h	30€
*FUTBOL SALA INFANTIL	1r i 2n	Dilluns i dimecres	18-19h	34€
*FUTBOL SALA CADET	3r i 4t	Dilluns i dimecres	18-19h	34€
*VÒLEI PRE-INFANTIL	1r	Dimarts i dijous	17-18h	34€
*VÒLEI INFANTIL	2n	Dimarts i dijous	17-18h	34€
*VÒLEI CADET	3r i 4t	Dilluns i dimecres	17-18h	34€
*VÒLEI JUVENIL	Batxillerat	Dimarts i dijous	18-19h	36€

**\*Activitat de competició: Matrícula 20€ anual amb la 1a quota**

# GRAELLA EXTRAESCOLARS ACTIVITATS CULTURALS

ACTIVITAT	CURS	DIA	HORARI	PREU MENSUAL
AUDIOVISUALS	1r a 4t	DIMARTS	16-17:30H	45€
FES-HO TU	1r a 4t	DIJOUS	17-18:15H	27€
TEATRE	1r a 4t	DIMARTS I DIJOUS	17-18H	30€
FRANCÈS	1r i 2n	DIMECRES	18-19:30H	55€
ANGLÈS	1r i 2n	DILLUNS	18-19:30H	55€

# GRAELLA ACTIVITATS PER ADULTS

ACTIVITAT	DIA	HORARI	PREU MENSUAL
BÀSQUET (SENSE ENTRENADOR)	Dimarts	20-21h	10€
FES-HO TU	Dijous	20-21:15h	20€
FUTBOL (SENSE ENTRENADOR) MITJA PISTA	Dimarts	20-21h	10€
IOGA	Dimarts	20-21h	20€
IOGA	Dijous	19-20h	20€
IOGA	Els 2 dies (dm i dj)	Dm 20-21h i dj 19-20h	35€
VÒLEI	Dimarts	20-21:15h	24€
ZUMBA	Dimarts	19-20h	20€

# INSCRIPCIONS

Les inscripció es fan de manera telemàtica.

Per realitzar-la feu click aquí:

[Formulari de inscripció](#)

## DATES

Exclusiu per participants de les activitats extraescolars durant el curs 22-23:

**Del 19 al 21 de juny**

Per alumnes de l'IES Viladomat (2n ESO fins 2n Batxillerat):

**Del 23 al 30 de juny**

Per alumnes de 1r ESO de l'IES Viladomat:

**De l'1 al 6 de juliol i**

**De l'1 al 6 de SETEMBRE**

## INICI D'ACTIVITATS

EXTRAESCOLARS CURS 2023-24

**18 DE SETEMBRE**

### ALTES/BAIXES

#### NOTIFICACIONS

Durant el curs s'haurà de notificar altes/baixes abans del dia 25.

Si no esta notificat abans del 25, es cobrarà la quota del següent mes.

### PAGAMENT

Passem el rebut domiciliat a principi de cada mes (entre el 5 i el 10).

### BECA

Tots els inscrits rebreu la informació en referencia als ajuts que concedeix l'ajuntament de Barcelona durant el mes de setembre.

### COMUNICACIÓ

Tots els comunicats es fan de manera digital via correu electrònic.

# BÀSQUET

En aquesta activitat aprofundim en els continguts tècnics i tàctics de l'esport perquè millorin individualment i també com a equip. Les tècniques que es treballen amb més èmfasi són les jugades assajades, el tir a cistella a un i dos temps i el domini de la pilota en tot el que comporta.

Pel que fa a la tàctica insistim molt en el posicionament defensiu i ofensiu en el camp, entendre i participar en les jugades estudiades i també en l'execució de situacions de transició, contraatacs, serveis de banda, serveis de fons, tirs lliures, etc.

# ACTIVITAT ESPORTIVA



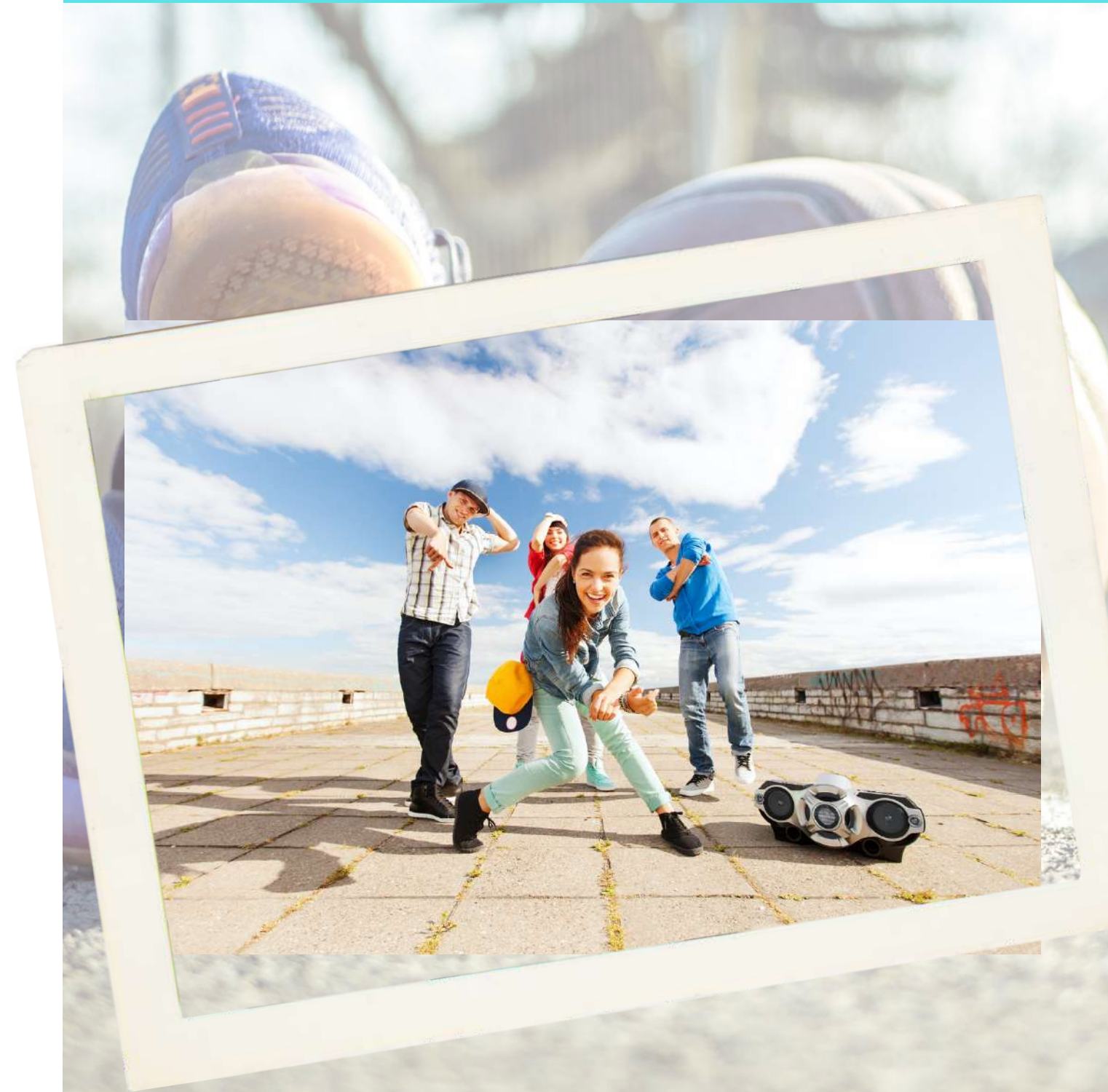
## DANSA URBANA

La dansa és un art que utilitza el moviment corporal per expressar-se combinant seqüències de moviments més o menys complexes i d'un estil concret per tal de crear coreografies.

La creativitat és un dels elements més enriquidors d'aquesta activitat, són els alumnes qui acaben determinant la tipologia de dansa que volen representar i tots els elements necessaris per a la seva creació: música, vestuari, espai, etc.

Tots aquests processos sempre estan guiats pel monitor o la monitora que és qui de forma guiada dirigeix l'activitat.

## ACTIVITAT ESPORTIVA





# FUTBOL SALA

En aquesta activitat millorem i plantejem sistemes de joc més complexos que els facin pensar accions dins de la mateixa dinàmica de partit. Cada jugador ha de millorar individualment els seus propis recursos i habilitats per tal de créixer en l'àmbit col·lectiu.

El futbol és un esport d'equip, i com més s'entenguin els seus integrants, més resolutius seran.

# ACTIVITAT ESPORTIVA



# VÒLEI

A nivell educatiu el voleibol compta amb unes característiques que el fan molt especial:

- Gran domini de les trajectòries aèries de la pilota.
- Percepció espai- temporal.
- Reaccionar en molt poc temps.
- Requereix molta coordinació i disciplina entre els propis companys.

Aquestes característiques generen l'escenari ideal per treballar valors com el treball en equip, el lideratge, el respecte, la responsabilitat, l'autosuperació i el compromís.

# ACTIVITAT ESPORTIVA



# ANGLÈS I FRANCÈS

Idiomes Tarradellas és una escola d'idiomes que porta més de 20 anys oferint un servei professional i alhora proper als seus alumnes.

- Una llengua és comunicació.
- Busquem la motivació de l'alumne/a perquè l'aprenentatge sigui efectiu.
- Utilitzem un llibre que ens ajuda a cobrir tots els continguts necessaris per a un nivell.
- Fem servir material divers, dins d'una temàtica, incrementant el lèxic i la gramàtica.
- El professor s'adapta a les necessitats dels alumnes per tal d'assegurar el seu progrés i l'adquisició dels nivells corresponents.
- Preparem per als exàmens de Cambridge si l'alumne ho desitja.



# ACTIVITAT CULTURAL



## AUDIO- VISUALS

El cinema és un art que ens permet explicar històries a través d'imatges. En el taller d'audiovisuals s'ofereixen eines per descobrir com funciona la ficció al mateix temps que es crea. Aprendrem a utilitzar material professional de cinema digital per realitzar els nostres films. La finalitat és apropar els alumnes a les bases del llenguatge audiovisual des de la pràctica i acabar fent un curtmetratge col·lectiu.

Realitzarem pràctiques per aprendre els fonaments del cinema: practicarem els plans cinematogràfics, els efectes especials, i aprendrem a utilitzar el material tècnic i a actuar davant la càmera. Els alumnes coneixeran totes les etapes d'un rodatge, des de la planificació i el guió fins al rodatge i l'edició.

# ACTIVITAT CULTURAL



## FES-HO TU

L'objectiu principal de l'edició COSTURA del programa FES-T'HO TU, és que a part de passar una estona entretinguda, l'alumnat desenvolupi diferents habilitats creatives en el sector tèxtil.

Àmbits com la customització i la creació d'elements personals, acompanyats de diferents aspectes tècnics, faran que al acabar aquest bloc, l'alumnat hagi confeccionat múltiples productes per al dia a dia i hagi après a sobreviure a qualsevol imprevist relacionat amb la costura.

# ACTIVITAT CULTURAL



# TEATRE

El teatre és una eina d'aprenentatge que permet fomentar l'esperit crític i treballar de manera diferent un seguit de valors com són el respecte, la solidaritat o la col·lectivitat. És una eina imprescindible per a aprendre a expressar-se, a comunicar-se, a vèncer les dificultats.

Fer teatre és treballar en equip aprenem la importància de treballar conjuntament. Treballarem per tirar endavant un projecte en comú.

Treballem conjuntament amb la companyia Anima Theatrum.

- Jocs dramàtics, expressió corporal, expressió oral,
- Exercicis d'improvisació, construcció del personatge, memòria .
- Maquillatge, vestuari, escenografia i atrezzo.
- Titelles, màscara.
- Teatre



# ACTIVITAT CULTURAL



# ESPORT

Oferim activitats pels adults!

Papes, mames, familiars la idea és gaudir de la pràctica esportiva i/o creativa, però el que és més important, poder desconnectar fent allò que més t'agrada després de la teva rutina a la feina.

## BÀSQUET

T'agrada el bàsquet? Vine a passar una bona estona en equip. Activitat sense entrenador.

## FUTBOL

Vols passar una bona estona jugant a futbol. Apunta't a l'activitat de futbol. Activitat sense entrenador.

## VÒLEI

Si tens ganes de jugar i aprendre la tècnica del vòlei, aquí ho podràs fer mentres passes una bona estona. Activitat amb entrenador.

## ZUMBA

A zumba milloraràs el teu sistema circulatori i cardiovascular al mateix temps que desconnectes de la rutina diària. Passaràs una estona divertida amb balls coreografiats i dirigits al ritme de la música.

# ACTIVITATS PER ADULTS



# CULTURALS

## IOGA

El ioga és una pràctica que connecta cos, respiració i ment. Aquesta pràctica utilitza postures físiques, exercicis de respiració i meditació per millorar la salut general. Aquí trobaràs un espai per connectar amb tu mateix/mateixa.

## CREACIÓ TEATRAL

Tens ganes de pujar a un escenari? Aquí tens l'oportunitat. Podràs treure l'actriu o el actor que portes dins.

Junts crearem una obra de teatre des de l'inici, comportarà anàlisis de text, escenografia i vestuari. Vina a gaudir d'una bona estona.

## FER-HO TU

Vols aprendre a fer mitja, no saps cosir un pantaló, o vols fer les teves peces de roba. Un espai on les labors com les hem vist tradicionalment poden sortir, ara, de les nostres mans... A mà o a màquina podràs també perfeccionar la tècnica o simplement demanar orientació.

Patchwork, mitja, ganxet, costura, brodats... a mà o a màquina; activitats sense fi que ens deslliurant la ment durant una estona i ens faran treure l'artista que portem dins!!

# ACTIVITATS PER ADULTS





# CONTACTE

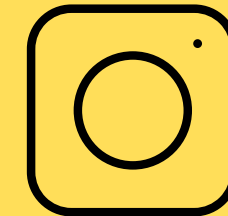


673 166 739

Horari de 9-14h i de 17 a 19h



INFO@TEAM-ORG.COM



@ASSOCIACIÓ\_TEAM

**team**