

DÀNSALA EXTRAESCOLARS CURS 2022-2023



Les activitats que farem aquest curs a l'Escola l'Estelada son:

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Zumba (totes les edats)	Hip Hop (P5 a 6é)	Inici Dansa (P3 a P5)	Patinatge (1r a 6é)	Rítmica (totes les edats)
Manualitats (P3 a 2n)	Handbol (1r a 6é)	Multiesports (1r a 6é)	Arts Marcials (totes les edats)	Reforç escolar (1r a 6é)

1 activitat 22€
2 activitats 33€

2€ més per no socs de l'AFA
3€ més per a l'activitat de manualitats

Per tal de poder realitzar les activitats hem d'arribar a un mínim d'inscrits: 7 alumnes, per activitat.

Les activitats estan destinades a una edat d'alumnes o bé, per a totes les edats. No es poden inscriure edats no incloses a la franja.

L'activitat de manualitats, el dilluns, té un suplement de 3€ més al mes pel material.

INFORMACIÓ IMPORTANT PER TOTES LES ACTIVITATS!

1. LA RECOLLIDA:

Les activitats comencen a les 16:30h, tenen una durada de 1,5h perquè es berena (30min) i a les 17h comença l'activitat.

L'alumnat de P3, P4 i P5 se'l va a buscar a la classe. La resta d'alumnes venen sols al pati (tanmateix els primers dies se'ls anirà a buscar).

Quan plou, berenem a sota els porxos.

En cas de pluja i trobar-nos amb activitats a l'exterior, aquestes es passen a realitzar a l'interior.

2. COMUNICACIÓ

És molt important tenir una bona comunicació amb els tutors, necessitem que ens aviseu si un alumne/a no fa l'activitat un dia en concret o de qualsevol altre problema que pugui tenir relació amb l'extraescolar.

Els monitors passen llista a diari i portem un registre de forma on-line.

Crearem un grup de **WhatsApp** per tal de agilitzar tota comunicació.

BAIXES D'ALUMNES: S'ha de comunicar una baixa el dia 25 del mes anterior a la baixa.

3. AL·LÈRGIES

És necessari que ens indiqueu qualsevol tipus d'al·lèrgia i/o intolerància.

4. PAGAMENT

El pagament es realitza per domiciliació bancària i es cobra els primers dies del mes, entre el 8-15 de cada mes.

En cas de devolució del rebut per causes alienes a Dànsala, es cobrarà el preu de la devolució (4,48€).

5. BAIXA D'UNA ACTIVITAT

Per realitza una baixa és necessari avisar abans del 25 del mes anterior (exemple: si vull donar-me de baixa el gener, haig d'avisar abans del 25 de desembre).

INICI DANSA

Aquesta activitat (coneguda com JAZZ) es tracta d'un tipus de dansa que sorgí a Brasil a principis del s.XX amb la música jazz i barreja elements del ballet clàssic, dansa contemporània i el tap.

Per fer aquesta activitat necessitarem: **malles negres** (curtes, llargues o $\frac{3}{4}$) i **sabates negres**.

ZUMBA

Aquesta modalitat esportiva tracta d'una activitat cardiovascular que combina exercicis de tonificació amb passos de ball.

Per fer aquesta activitats necessitarem: roba esportiva i **sabates negres**.



Sabates negres: Les podeu trobar al Decathlon per 3,99€ o a qualsevol merceria.



RÍTMICA

La gimnàstica rítmica és un esport que combina elements de ballet, gimnàstica, dansa i l'ús de diversos aparells.

Per fer aquesta activitat necessitarem: Maillot, mitges (sense peu) color carn i **sabates de rítmica**. Tot el material es pot comprar al Decathlon.

HIP HOP

És una activitat molt dinàmica i divertida on aprenen les bases del Hip Hop mitjançant coreografies, improvisacions i acrobàcies.

Per fer aquesta activitat només necessitarem roba esportiva i unes bambes de recanvi (o bé amb les sabates de jazz).



MULTIESPORTS I HANDBOL

Destinat a nens/es de 1r a 6è de primària.

L'activitat de multiesports són diferents esports que es treballen per mes, trobarem des de futbol a hoquei.

Handbol és un esport que es juga en un camp amb dues portaries i una pilota. La idea inicial és practicar i aprendre l'esport, més endavant volem valorar participar en alguna lligueta d'escoles.



Per totes dues activitats és necessari portar roba esportiva i bambes. En cas de pluja, les classes es faran a dins del centre, on explicarem conceptes més tècnics i treballarem el físic.

MANUALITATS

Pretenem que l'alumnat descobreixi habilitats i destreses a partir de l'expressió artística. Faran tot tipus d'activitat manual, quadres amb pintures, figures de fang, dibuix amb carbonet...

Demanarem que cada alumne/a porti una carpeta A4 i més endavant us demanarem que porteu una caixa de sabates de cartró per crear una capsa on poder guardar tot allò que es crearà durant l'activitat i que no podran posar a la carpeta.

Recordem que aquesta activitat té un suplement de 3€.

PATINATGE

El patinatge a part de satisfer la necessitat d'expressió i creació pretén arribar a sincronitzar-ho amb el moviment dels peus. Per aquest motiu s'aprendran una gran varietat de moviments. S'espera aconseguir un domini del desplaçament, equilibri i una bona posició corporal.

Per fer aquesta activitat necessitarem patins i seria preferible que fossin de 4 rodes (no lineals) tot i que en un inici poden començar amb els que tinguin a casa.



REFORÇ ESCOLAR

La idea principal és proporcionar un acompanyament amb els deures escolars i amb les matèries on l'alumnat té més dificultats. Seria òptim realitzar el reforç els divendres a la tarda quan s'acumula la feina del cap de setmana.

ARTS MARCIALS

Aquesta activitat contribueix a forjar una disciplina en els estudiants, ensenya valors com la determinació i la importància de desenvolupar un caràcter sòlid davant de qualsevol circumstància o contratemps. S'ensenyen conceptes que tot i que puguin semblar un pèl estrictes, son molt significatius per edificar valors com la honestedat, el respecte, l'escolta dels pares i l'autoestima. Demanarem un Kimono per fer l'activitat.

Atenció: us demanem que abans de comprar el material de qualsevol activitat, comprovem que arribem al mínim d'alumnes.