ACTIVITATS

EXTRAESCOLARS

Des de Cardonaevents us oferim una proposta diversificada d'extraescolars respecte al tipus d'activitat i objectius, des de les més artístiques fins a les més tècniques. Pretenem donar resposta a diferents interessos que puguin sorgir entre alumnes de l'escola.

Els objectius de les activitats extraescolars són transmetre als alumnes una actitud oberta i positiva envers les activitats extraescolars, facilitar i estimular la motivació dels nens i les nenes, desenvolupar la capacitat de gaudir dels nens i nenes en la realització d'activitats lúdiques col·lectives, transmetre una actitud de cooperació, harmonia i respecte als companys i monitors, transmetre una actitud de respecte envers el material de l'escola i el propi entorn.

Totes les activitats que us presentem estan dissenyades, programades i organitzades pels mateixos especialistes que les imparteixen conjuntament amb l'equip multidisciplinari de Cardonaevents. Podeu demanar-nos activitats que no s'inclouen en aquest programa, ja que, comptem amb la infraestructura necessària per a assumir-ne de noves.

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS ESPORTIVES QUE PODEM OFERIR

- **FUTBOL SALA:**

  Activitat dirigida per desenvolupar la psicomotricitat i el joc participatiu en equip. L' objectiu principal d' aquesta extraescolar es fomentar, a través del futbol, els valors de l' esport, el treball en equip, el respecte als companys, la confiança, etc.

- **BÀSQUET:**

  Activitat per iniciar als nens en aquest esport, amb la finalitat de fer-los gaudir d' aquest esport. Activitat dirigida per desenvolupar la psicomotricitat i el joc participatiu en equip.

- **ZUMBA :**

  És una disciplina que permet mantenir el cos saludable alhora de desenvolupar, enfortir i guanyar flexibilitat mitjançant el moviment. Permet a l' infant desenvolupar la part creativa i posar-se en forma de manera molt divertida.

- **CROSS:**

  Activitat on busquem assolir els objectius de realitzar activitat física a traves del' atletisme, millorar les qualitats físiques bàsiques dels nens/es, interaccionar les habilitats dels participants i aconsellar/informar dels 12 crosos comarcals de la temporada.

- **BTT:**

Entre els beneficis que reporta la bicicleta de muntanya cal destacar els següents, permet tonificar els músculs i cremar calories, ajudant a controlar el pes i modelar la figura. Millora les habilitats de coordinació i equilibri, augmenta significativament la capacitat pulmonar, fomenta el respecte per la natura i ofereix la possibilitat de contemplar paisatges únics mentre es fa exercici. La practica en grup millora la cooperació.

- **MULTI ESPORTIU:**

Aquesta extraescolar permet als alumnes desenvolupar una sèrie d'esports com futbol, bàsquet, handbol, atletisme i una altra multitud de disciplines, i aprendre i desenvolupar els beneficis físics, cognitius i els valors que cada esport ofereix, conferint als alumnes unes característiques úniques per a una sola extraescolar.

- **PATINATGE:**

El patinatge sobre rodes és una disciplina esportiva de lliscament en què els participants aprenen a anar amb patins i poden acabar fent figures, salts, piruetes i altres exercicis tècnics utilitzant patins sobre rodes. Esport força complert en quan a coordinació, capacitats físiques i una gran capacitat de concentració.

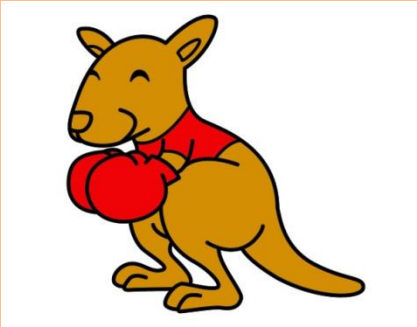
- **BALLET:**

Els ballarins professionals destaquen tres aspectes fonamentals en el Ballet com a esport: resistència, flexibilitat i força. ... Això és així perquè la dansa permet millorar l'agilitat, la força, l'equilibri i la concentració mental tan necessaris en l'esport i en la mateixa vida.

- **KICK-BOXING I MUSKICKBOXING:**

El kickboxing i el comboxing són uns esports de contacte que combinen tècniques de boxa i puntades de peu provinents de diverses arts marcials, com el karate i el muay thai. El MUSKICKBOXING a més li afegim música alhora de treballar la tècnica.

Les dos modalitats ofereixen nombrosos beneficis, incloent-hi el desenvolupament d'habilitats d'autodefensa, l'augment de la confiança en un mateix, la millora de la condició física general i l'alliberament de l'estrès acumulat.



ACTIVITATS EXTRAESCOLARS NO ESPORTIVES QUE PODEM OFERIR

- **EXTRAESCOLAR DE DEURES:**

  Els nens i nenes podran enllestir els seus deures, fer dictats, còpies. I pels més petits cal·ligrafia, sopa de lletres, etc.

- **MUSICA i BATUCADA:**

  Treballem el ritme, la tècnica i la posada en escena amb gran varietat d' instruments musicals amb els que podràs sentir la música com mai l' has sentit. L' objectiu principal de les nostres activitats extraescolars musicals, a part d' aprendre la tècnica de la percussió, és la unió de grup i passar una estona divertida i agradable (Preu 24eu./ si són germans 19eu.)

- **DIBUIX:**

  Es desenvolupa la coordinació de moviments. Això tindrà molta incidència en tasques com l'escriptura. Primer faran formes geomètriques bàsiques. A poc a poc milloraran la seva motricitat fina per dibuixar elements cada cop més complexos i amb més detalls.

- **ESPLAI:**

  Activitat on s' ofereix activitats per a infants en el seu temps lliure, després de l' horari escola. Basat en la participació comunitària, els esplais ofereixen ambients alternatius per socialitzar-te, divertir-te i aprendre a través d' activitats diverses en un entorn no acadèmic. Jocs, manualitats... són part de la base d' un esplai.

- **TEATRE:**

  Augmenta l'autoestima, ajuda a socialitzar i millora la concentració: aquests són alguns dels beneficis de practicar teatre des d'edats primerenques. Amb la pràctica de les arts escèniques els petits poden aprendre a escoltar els altres, però també a si mateixos, la qual cosa, juntament amb altres factors com són l' increment de la capacitat per expressar-se, el treball en equip, una autodisciplina... fan que sigui una activitat molt recomanable.

- **FORUM DE CINEMA:**

  Activitat on es visionen diferents pel·lícules, curts i/o sèries i on s' extrauen una sèrie de conceptes i moralitats, per treballar, al cap i a la fi, noves eines d' expressió, un esperit crític, un augment de la creativitat i alhora ensenyar a expressar-se millor, aconseguint capacitat d' expressar-se en públic

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS PER A PARES I MARES

- **SORTIDA A CAMINAR PER L' ENTORN**

  Varies mares ens han proposat de muntar un grup de pares i mares per sortir a caminar després de deixar els fills a l' escola. El motiu és de que ells per si soles no els hi agrada fer rutes per l' entorn degut de vegades a la inseguretat de la societat actual.

  Nosaltres oferim la possibilitat d' anar amb grup i amb un guia a caminar i alhora aprofitar per conèixer més a fons l' entorn de la població.

- **MARXA NÒRDICA (DIMARTS I DIMECRES 9:15):**
  Consisteixen en caminar amb uns bastons, amb l'objectiu d'optimitzar l' ESFORÇ físic realitzada en el moviment bio mecànic del nostre cos al caminar. Això s' aconsegueix gràcies a la implicació del tren superior (braços, espatlles, esquena) que se suma a les cames i maluc augmentant l'eficàcia del desplaçament, augmentant la velocitat i realitzant més distància que en condicions normals, o bé també, fatigant menys en una MATEIXA distància recorregut atès que l' ESFORÇ queda més repartit, fent en diferents grups musculars. Ens ofereix una manera senzilla, natural i molt eficaç de millor la pròpia condició física i tonificar la musculatura, independentment de l'edat, el gènere i la preparació física del practicant. forma excessiva les articulacions, amb tots els beneficis que representa per completar un bon entrenament.

- **NÒRDIC GYM:**
  Activitat que es realitza amb l'ajuda de bastons específics i el suport musical en moments puntuals. Treballa tots els components de l'activitat física: cardiovascular, tonificació, força, flexibilitat i equilibri, a través d'una sèrie d'exercicis d'entrenament extrets principalment d' estiraments propioceptors, , i d'altres disciplines com Ioga, zumba.... entre d'altres.

TALLERS D'ESPORT DE MUNTANYA

- **DISCIPLINES DE MUNTANYA (escalada, slac-line, tirolina...):**
  Tallers puntuals de disciplines d' esports de muntanya. Impartits per professionals de la matèria.
  Tot el material és portat per la entitat organitzadora. Per realitzar taller consultar disponibilitat i preus.

NO DUBTEU EN CONTACTARNOS

També us recordem que podeu demanar-nos activitats que no s'inclouen en aquest programa, fer-nos càrrec d' activitats que ja tingueu en marxa..., ja que, comptem amb la infraestructura necessària per a assumir-ne de noves i que pretenem estar al vostre servei per donar-vos solucions a qualsevol inquietud que els vostres alumnes tinguin.

Restem a la vostra disposició a:

Telèfon 630251784

Correu electrònic info@cardonaevents.com

Pàgina web www.cardonaevents.com

Atentament