

GUIA D'ACTIVITATS EXTRAESCOLARS **CURS 2025-2026**



Tarragona, juny de 2025

Benvolgudes famílies,

Us presentem les **activitats extraescolars** que proposem per als vostres fills i filles de cara al **curs 2025/26**.

L'oferta que us proposem té com a objectiu respondre a les inquietuds, interessos i possibles vocacions que poden començar a despertar-se en aquesta etapa educativa. A les pàgines següents trobareu la informació detallada de cada activitat: horaris, edats recomanades i preus.

Informació general

- **Inscripcions obertes del 10 de juny al 19 de setembre de 2025.**
Recepció de sol·licituds via online, a través del correu (departamentdesports@colsantpau.com), o a consergeria. Per apuntar-se en les seccions de bàsquet i futbol és necessari contactar directament amb els coordinadors.
- Confirmació de plaça: El **24 de setembre de 2025**.

**Per motius organitzatius si una activitat no arriba al mínim d'alumnes establert, l'horari pot ser modificat o, en el pitjor dels casos, es podria anul·lar. De la mateixa manera, si una activitat assoleix el nombre màxim de participants que permet el seu correcte desenvolupament, es podrà tancar la inscripció. En aquest cas, l'ordre d'inscripció serà l'únic criteri que es tindrà en compte a l'hora d'establir els participants admesos.*

**Per cada activitat es demanarà un compromís trimestral.*

**La informació referent a l'activitat d'anglès, així com la butlleta d'inscripció, la trobareu al web del col·legi i rebreu la comunicació corresponent via email. Si teniu qualsevol dubte o pregunta podeu dirigir-vos a la coordinadora.*

*Contactes de coordinació:

- **Coordinador d'activitats extraescolars:** Ismael Estrada
departamentdesports@colsantpau.com
- **Escola de bàsquet:** Teresa Guirao escolabasquet@colsantpau.com
- **Futbol:** Jordi Bargalló escolafutbol@colsantpau.com
- **Saint Paul's Academy (anglès):** Clara Pastrana
clarapastrana@colsantpau.com

Dates d'inici i d'acabament de les activitats

- **Anglès:** L'activitat s'inicia el 29 de setembre de 2025 i finalitza a el 29 de maig de 2026.
- **Bàsquet i futbol:** En funció de l'edat dels participants. Podeu consultar directament a escolabasquet@colsantpau.com i escolafutbol@colsantpau.com
- La **resta d'activitats extraescolars** començaran el dia 29 de setembre de 2025 i finalitzaran el 29 de maig de 2026.

A continuació detallem per blocs:

- BLOC A: QUADRE RESUM ACTIVITATS-HORARIS PER ETAPES.
- BLOC B: BREU EXPLICACIÓ D'ACTIVITATS.
- BLOC C: QUADRE RESUM PREUS D'ACTIVITATS.

1. BLOC A: QUADRE RESUM ACTIVITATS-HORARIS PER ETAPES

Activitats d'un dia

Activitats que poden ser d'un o dos dies

Activitats de dos o tres dies indivisibles

E. INFANTIL I3		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
TARDA	17:00 – 18:30		In. Esportiva		In. Esportiva	
		Anglès	Ball		Ball	
		Bàsquet	Natació	Bàsquet		
E. INFANTIL I4		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MIGDIA	13:45 – 14:45					Anglès K&U
TARDA	17:00 – 18:30	Anglès	In. Esportiva		In. Esportiva	
		Psicojudo	Ball	Patinatge	Ball	
		Bàsquet	Natació	Bàsquet		
E. INFANTIL I5		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MIGDIA	13:45 – 14:45					Anglès K&U
TARDA	17:00 – 18:30	Anglès	In. Esportiva		In. Esportiva	
		Psicojudo	Ball	Patinatge	Ball	
		Bàsquet	Natació	Bàsquet		
E. PRIMÀRIA (CI) 1r-2n		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MIGDIA	14:00 – 15:00	Lego	Creativitat	Teatre		Hip-Hop
			Anglès		Anglès K&U	
TARDA	17:00 – 18:00	Anglès		Anglès		
	17:00 – 18:30	Atletisme	Patinatge	Atletisme		
			Voleibol	Judo	Voleibol	Judo
			Bàsquet		Bàsquet	
E. PRIMÀRIA (CM) 3r-4t		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MIGDIA	14:00 – 15:00	Teatre	Lego	Hip-Hop	Jocs d'Eng.	Guitarra
			Tennis Taula	Creativitat		Màgia
			Anglès			
TARDA	17:00 – 18:00	Anglès		Anglès		
	17:00 – 18:30	Atletisme	Patinatge	Atletisme		
			Voleibol	Judo	Voleibol	Judo
		Bàsquet M		Bàsquet M		
		Bàsquet F4	Bàsquet F3	Bàsquet F4		Bàsquet F3

E. PRIMÀRIA (CS) 5è-6è		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MIGDIA	14:00 – 15:00	Creativitat	Teatre	Tennis Taula	Anglès	Jocs d'Eng.
				Hip-Hop	Guitarra	Màgia
				Lego		
TARDA	17.00 – 18.00	Anglès		Anglès		
	17.00 – 18.30	Atletisme	Patinatge	Atletisme		
			Voleibol	Judo	Voleibol	Judo
		Bàsquet M.	Bàsquet F.	Bàsquet M	Bàsquet F	Bàsquet M i F
ESO 1r-2n		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MIGDIA	14:00 – 15:00		Anglès	Coral		Màgia
TARDA	17:00 – 18:00	Anglès				
	17:00 – 18:30	Atletisme	Voleibol	Atletisme	Voleibol	
ESO 3r-4t		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MIGDIA	14:00 – 15:00		Anglès	Coral		
TARDA	17:00 – 18:00	Anglès				
	17:00 – 18:30	Atletisme	Voleibol	Atletisme	Voleibol	

ANGLÈS

Dirigit a nens i nenes des d'13 fins a 4t d'ESO. El sistema pedagògic de Saint Paul's Academy està basat en el desenvolupament de les següents competències: *speaking, Use of English, listening, real life skills, reading and comprehension*. S'utilitzaran activitats diverses, jocs i treballs manuals per aconseguir l'adquisició de la llengua d'una manera més natural. A més a més, enguany, continuem amb el projecte **Kids&Us**, dirigit als alumnes des d'14 fins a 2n de primària (o fins 3r si han estat apuntats al curs 24/25).

ATLETISME

L'activitat de atletisme està dissenyada perquè els nois i noies practiquin esport des d'un enfocament educatiu, fomentant valors i la formació integral com a persones. A través de la pràctica, desenvolupen tant les habilitats motrius com l'aprenentatge tècnic propi d'aquesta disciplina. Els i les alumnes tindran l'oportunitat de conèixer i experimentar les diferents modalitats de l'atletisme de pista. És necessari portar **roba i calçat esportiu adequat** per a la pràctica.

BALL

Dirigit a nens i nenes d'Educació Infantil. Aquesta activitat està pensada perquè els més petits desenvolupin de manera progressiva el **ritme, la col·locació, l'expressió i la consciència corporal** a través del moviment i el joc. Algunes sessions incorporaran vocabulari i indicacions en anglès, fomentant així un primer contacte amb la llengua d'una manera lúdica i natural. És important portar **roba còmoda** que els permeti moure's amb llibertat.

CORAL

Dirigit a nens i nenes de l'ESO. La pràctica del cant coral pot ajudar a millorar la **dicció, la pronunciació i el sentit del ritme**. També afavoreix l'aprenentatge d'altres idiomes. A través de cançons, exercicis de respiració i jocs amb moviment, aprendran a tenir cura i **fer un bon ús de la seva veu** i s'endinsaran en la pràctica musical. Cantant junts també potenciaran valors com el treball en equip, la solidaritat, la tolerància, l'autodisciplina, el compromís i la constància.

HIP-HOP

Dirigit a nens i nenes d'Educació Primària. El Hip-Hop és una activitat de dansa moderna amb gran acceptació entre l'alumnat. A partir de coreografies adaptades al seu nivell, es treballarà el **ritme, la coordinació i l'expressió corporal**. Algunes sessions inclouran vocabulari i instruccions en anglès, afavorint així l'aprenentatge de la llengua d'una manera dinàmica i divertida. És necessari portar roba còmoda per a la pràctica.

LEGO

Dirigit a nens i nenes d'Educació Primària. Aquesta activitat pretén formar als alumnes en ciència i **tecnologia a través de la robòtica** de Lego amb l'objectiu d'aconseguir que els/les alumnes puguin adquirir o reforçar coneixements matemàtics, físics, científics i tecnològics.

INICIACIÓ ESPORTIVA

Dirigit a nens i nenes d'Educació Infantil. Aquesta activitat ofereix una **iniciació a diferents esports i jocs**, permetent que cada infant descobreixi quins li agraden més mentre es diverteix i aprèn.

Cada **2 o 3 setmanes es practicarà un esport diferent** (futbol, bàsquet, handbol, rugbi, atletisme, jocs populars...), treballant també habilitats com la coordinació, la motricitat, el treball en equip i el respecte als altres.

L'enfocament és lúdic i educatiu, afavorint el desenvolupament personal i social a través de l'activitat física. Cal portar roba còmoda i calçat esportiu.

JOCS D'ENGINY

Dirigit a nens i nenes d'Educació Primària. Aquesta activitat té com a objectiu **estimular la intel·ligència**, la concentració i el pensament crític a través de la resolució de problemes, jocs de lògica i reptes d'enginy.

Els alumnes milloraran la seva memòria, capacitat d'anàlisi i creativitat amb activitats com trencaclosques, cub de Rubik, problemes de càlcul i jocs d'estratègia, entre d'altres.

Una manera divertida i educativa de posar en marxa la ment!

NATACIÓ

Dirigit a nens i nenes d'Educació Infantil. Aquesta activitat és dirigida pel **Club Natació Tàrraco**. El curs d'iniciació i d'aprenentatge a la natació té com a objectiu adquirir les competències bàsiques d'autonomia i interacció amb el medi aquàtic de manera integral. Es treballen aspectes tècnics, coordinatius, cognitius, socioafectius i creatius, adaptats al nivell de cada infant.

El curs s'organitza per nivells, permetent una progressió adequada a les necessitats del grup, i fomentant l'aprenentatge de manera segura i personalitzada. Els monitors del col·legi s'encarregaran de recollir els nens i nenes a classe i acompanyar-los fins a les instal·lacions del CN Tàrraco. Les famílies només cal que els recullin al final de l'activitat.

GUITARRA

Dirigit a nens i nenes d'Educació Primària. A través de la guitarra, els infants podran aprendre a interpretar melodies i, alhora, expressar i canalitzar les seves emocions a través de la música.

L'activitat es realitzarà en **grups reduïts** per garantir una atenció personalitzada. Si cal, s'obriran nous horaris. És necessari que cada alumne porti la seva pròpia guitarra per poder practicar també a casa.

JUDO I PSICOJUDO

Dirigit a nens i nenes d'I4-I5 i d'Educació Primària. Amb aquesta activitat dirigida pel **Club Dojo Tarraco** s'introdueix els infants en la filosofia, els valors i les tècniques del judo, fomentant el respecte, la concentració i l'autocontrol. Els fonaments adquirits facilitaran futurs aprenentatges dins d'aquest esport.

Els més petits començaran amb psicojudo, amb activitats lúdiques i trobades participatives no competitives. En els grups de judo, es farà una valoració educativa seguint els criteris per a l'obtenció dels cinturons de colors, amb validesa dins l'entorn escolar. Per fer la classe és imprescindible portar **quimono i cinturó blanc** (en el cas dels principiants).

TALLER DE CREATIVITAT

Taller dirigit a alumnes d'Educació Primària on es desenvolupa d'una manera lúdica i alegre la creativitat, la sensibilitat i el gust estètic a través de diferents tècniques, en un marc d'expressió, joc i autodescobriment. Tots els participants aprendran el **mètode creatiu** i posaran en pràctica el pensament lateral i la capacitat d'innovar mitjançant un aprenentatge vivencial. Cadascú en consonància i amb activitats adaptades a les diferents edats i nivells.

PATINATGE

Dirigit a nens i nenes d'I4-I5 i d'Educació Primària. L'activitat de patinatge té com a objectiu ensenyar i avançar en les habilitats i les tècniques bàsiques per dominar els desplaçaments, els girs, les frenades, les acceleracions, etc. Es recomana portar patins, casc i proteccions per als canells, genolls i colzes, marcats amb el nom. Activitat dirigida pel **Club Dojo Tarraco**.

MÀGIA

Dirigit a nens i nenes de cicle mitjà i cicle superior. El taller de màgia ofereix una **experiència única que combina creativitat, joc i aprenentatge**, amb un enfocament diferent de les classes tradicionals.

A través dels trucs de màgia, els nens i nenes milloraran l'autoestima, la concentració, la memòria i la lectura, alhora que desenvolupen la imaginació, les habilitats manuals i motores, i la seguretat per parlar en públic.

Aprendran màgia matemàtica i científica, així com carto-màgia, màgia de prop, amb objectes quotidians (cordes, gomes, boles d'esponja...) i màgia d'escena o mentalisme. També fabricaran alguns dels seus propis trucs, fomentant la creativitat i l'enginy.

Una activitat dinàmica i sorprenent, amb la qual gaudiran aprenent mentre es diverteixen.

TEATRE

Dirigit a nens i nenes d'Educació Primària. Amb aquesta activitat us proposem un mitjà per desenvolupar la **imaginació**, reforçar **l'autoestima**, superar timideses, treballar el coneixement del propi cos, l'educació de la veu, i també passar-nos-ho d'allò més bé!

TENIS TAULA

Dirigida a nens i nenes de 3r d'Educació Primària fins a 2n d'ESO a qui els agradi el tenis taula, o a nens/es que vulguin iniciar-se en aquest esport. Activitats que es realitzen: jocs adaptats al tenis taula, partits de tenis taula i reglament. Durant el curs també **s'organitzen trobades/campionats interns.**

VOLEIBOL



Dirigida a nens i nenes d'Educació Primària i ESO. L'activitat de voleibol té com a objectiu principal iniciar els nens i nenes en aquest esport d'equip, **fomentant la cooperació, el respecte, l'esforç** i el treball conjunt. A través del joc, es treballaran tant les habilitats tècniques (servei, recepció, passada, rematada...) com les capacitats motrius bàsiques.

La pràctica del voleibol ajuda també a desenvolupar la coordinació, la concentració i la presa de decisions ràpida dins d'un entorn lúdic i educatiu. És imprescindible portar roba i calçat esportiu per a la pràctica de l'activitat.

3. BLOC C: QUADRE RESUM PREUS D'ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

ACTIVITATS *	QUOTA MENSUAL	
	Activitat 1 dia	Activitat 2 dies
ATLETISME	23,23€	30,30 €
BALL	32,32 €	44,44 €
CORAL	30,30 €	-
HIP HOP	30,30 €	-
INICIACIÓ ESPORTIVA	32,32 €	44,44 €
JOCS D'ESTRATÈGIA	30,30 €	-
JUDO	-	44,44 €
PSICOJUDO	34,34 €	-
LEGO	30,30 €	-
PATINATGE	34,34 €	-
TALLER CREATIVITAT	30,30 €	-
TEATRE	30,30 €	-
NATACIÓ	41,41 €	-
MÀGIA	34,34 €	-
TENNIS TAULA	30,30 €	-
VOLEIBOL	32,32 €	44,44€
Per aquestes activitats s'estableixen mensualitats iguals d'octubre a maig, i les quotes es passen a cobrament per mesos vençuts.		

Preguntes freqüents:

- **Com puc inscriure el meu fill/a?** Només cal que ompliu la butlleta d'inscripció que podreu trobar a l'apartat activitats extraescolars al web del col·legi (colsantpau.com) o a la secretaria del centre. Després l'envieu a l'adreça departamentdesports@colsantpau.com o la dipositeu a la consergeria del centre.
- **Les activitats són només per alumnes del centre?** No, també poden participar-hi nens i nenes de fora del nostre col·legi.
- **Puc inscriure el meu fill/a un cop iniciades les activitats?** Sí, però heu de tenir en compte que les activitats poden tenir un límit de participació per qüestions organitzatives. Si fos el cas, us comunicariem la no admissió.
- **Puc donar de baixa d'una activitat al meu fill o la meva filla durant el curs?** Sí, però cal que ens ho comuniqueu per escrit, i tenint en compte el compromís trimestral esmentat amb anterioritat. En moltes activitats com teatre, entre d'altres, s'ha d'intentar mantenir tot el curs per tal de tenir una continuïtat i no perjudicar els altres nens i nenes de l'activitat.

Ismael Estrada

Coordinador d'activitats extraescolars

Juny 2025