AFTER CLASS

institució
lleida

Esports

Idiomes

STEAM

Música

Arts

Cuina

Índex

Extraescolars per cursos	6
Horaris	8
ACTIVITATS ESPORTIVES	**10**
Hípica	
Natació	
Bàsquet	
Judo	
Escacs	
Patinatge	
Gimnàstica Artística	
Futbol	
Voleibol	
Tennis	
Pàdel	
Golf	
Ballet	
IDIOMES	**23**
Cambridge	
Francès	
Xinès	
STEAM	**27**
Robòtica	
ESCOLA MUSICAL	**30**
Iniciació als instruments	
Guitarra clàssica	
Piano	
Guitarra o Piano per a pares	
ARTS I CREATIVITATS	**36**
Dance	
Lettering	
Batucada	
Teatre/Cine	
Fotografia	
Pintura	
CUINA	**43**
Let's cook	
Let's cook together	
ParesFit	45
Altres	46

Les oportunitats que ofereix l'entorn escolar més enllà del temps lectiu son essencials en el desenvolupament i en l'itinerari vital dels nens i les nenes. Per això, és important per a nosaltres crear l'espai adequat per tal que facin activitats extraescolars que els agradin, de les quals en gaudeixin i que puguin fer-ho en la millor companyia.

Activitats que, a més, els permetin millorar les seves competències socials i les seves habilitats interpersonals, així com augmentar el seu rendiment acadèmic. L'educació en el temps lliure de la mà d'activitats extraescolars és un context d'aprenentatge que ofereix l'oportunitat de fer nous amics, de descobrir talents, habilitats i passions, adquirir autonomia i esperit crític.

Amb les activitats after class de la Institució Lleida els oferim un entorn on consolidar la seva personalitat, fer amistats noves, enfortir vincles, adquirir valors, competències i hàbits essencials per al desenvolupament integral de la seva persona.

INF i EPRI	P3	P4	P5	1er	2n	3r	4rt	5è	6è	Pares
ACTIVITATS ESPORTIVES										
Hípica	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
Natació	●	●	●	●	●	●				
Bàsquet				●	●	●	●	●	●	
Judo		●	●	●	●	●	●	●	●	
Escacs		●	●	●	●	●	●	●	●	
Patinatge				●	●	●	●	●	●	
Gimnàstica Artística				●	●	●	●	●	●	
Futbol			●	●	●	●	●	●	●	
Ballet				●	●	●	●	●	●	
IDIOMES										
Cambridge						●	●	●	●	
Francès				●	●	●	●	●	●	
Xinès				●	●	●	●	●	●	
STEAM										
Robòtica	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
ESCOLA MUSICAL										
Iniciació als instruments	●	●	●							
Guitarra clàssica				●	●	●	●	●	●	
Piano				●	●	●	●	●	●	
Guitarra o Piano per a pares										●
ARTS I CREATIVITATS										
Dance				●	●	●	●	●	●	
Lettering						●	●	●	●	●
Batucada				●	●	●	●	●	●	
CUINA										
Let's cook				●	●	●	●	●	●	
Let's cook together										●

ESO i BATXILLERAT	1er	2n	3r	4rt	1er Batx	2n Batx
ACTIVITATS ESPORTIVES						
Hípica	●	●	●	●	●	●
Bàsquet	●	●	●	●		
Judo	●	●	●	●		
Voleibol	●	●	●	●		
Tennis i Pàdel	●	●	●	●	●	●
Golf	●	●	●	●	●	●
Gimnàstica	●	●				
Futbol	●	●				
IDIOMES						
Cambridge	●	●	●	●	●	●
Francès	●	●	●	●		
STEAM						
Robòtica	●	●	●			
ESCOLA MUSICAL						
Guitarra clàssica	●	●	●	●		
Piano	●	●	●	●		
Violoncel	●	●	●	●		
ARTS I CREATIVITATS						
Dance	●	●	●	●		
Lettering	●	●	●	●		
Teatre/Cine	●	●	●	●		
Fotografia	●	●	●	●		
Pintura	●	●	●	●		
ESTUDI						
Estudi dirigit	●	●	●	●	●	●

HORARI AFTERCLASS EINF i PRIMÀRIA

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
9.45 a 10.30					Natació I3 a I5 EINF
10.30 a 11.15					
11.15 a 12.00					Natació 1er a 3er EPRI
13.00 a 14.00	Robòtica I3 a I5 EINF	Futbol I5 INF	Judo I4 a I5 EINF	Escacs I4 i I5 EINF	
13.30 a 14.15	Bàsquet 1er a 6è EPRI	Francès 4t a 6è EPRI	Bàsquet 1er a 6è EPRI	Francès 4t a 6è EPRI	Robòtica 4t a 6è EPRI
	Gimnàstica 3r i 4t EPRI	Gimnàstica 5è i 6è EPRI	Xinès 1er a 6è EPRI	Gimnàstica 5è i 6è EPRI	Escacs 4t a 6è EPRI
13.30 a 14.30		Let's cook 1r a 6è EPRI			
14.00 a 14.45	Dance 1r a 6è	Futbol 1r i 6è EPRI	Gimnàstica 3r i 4t EPRI	Futbol 1r i 6è EPRI	Gimnàstica 1r - 2n
	Guitarra o piano EI i EPRI	Guitarra o piano EI i EPRI	Guitarra o piano EI i EPRI	Guitarra o piano EI i EPRI	Batucada I4 a 6è EPRI
14.15 a 15.00		Francès 1r a 3er EPRI	Patinatge 1r a 3er EPRI	Patinatge 4rt a 6è EPRI	Escacs 1r a 3r EPRI
	Robòtica 1r a 3r EPRI		Judo 1r a 6è EPRI	Francès 1r a 3er EPRI	
17.00 a 17.45	Futbol 1r i 6è EPRI	Iniciació als instruments I3 EINF	Futbol 1r i 6è EPRI		
	Estudi dirigit	Estudi dirigit	Estudi dirigit	Estudi dirigit	
18.00 a 19.00		Hípica I3 a 6è EPRI			
				Lettering & Art 3r a 6è EPRI	
20:30 a 22:30			Let's cook together* PARES		

* últim dimecres de cada mes

HORARI AFTERCLASS ESO i BATXILLERAT

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
13:30 a 15:00	Cambridge	Cambridge	Cambridge	Cambridge	Cambridge
14.15 a 15.00	Francès	Bàsquet	Francès	Bàsquet	Teatre/Cine
	Fotografia	Judo	Lettering	Dance	Judo
	Tenis	Piano/Guitarra	Pàdel	Piano/Guitarra	
17.15 a 18.00	Futbol	Voleibol	Futbol	Voleibol	
	Gimnàstica	Robòtica	Gimnàstica	Pintura	
	Estudi dirigit	Estudi dirigit	Estudi dirigit	Estudi dirigit	
18.00 a 19.00		Hípica	Golf*		

institució
lleida

Escola d'esports

Hípica

Dimarts 18:00h a 19:00h
I3 a 2n BATX

90€/mes

Champion Horse

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Us proposem una activitat on els alumnes podran gaudir de l'esport de l'equitació i del món del cavall encara desconegut per a molts nens i nenes. És una bona forma per ensenyar-los les característiques, costums, història d'aquests animals, a part de divertir-se muntant-los. Aprendran tot sobre el cavall, des de treure'l de la quadra, acariciar-lo, raspallar-lo, fins a galopar. Una experiència única.

Os proponemos una actividad en la que los alumnos podrán disfrutar del deporte de la equitación y del mundo del caballo todavía desconocido para muchos niños y niñas. Es una buena forma de enseñarles las características, costumbres, historia de estos animales, aparte de divertirse montándolos. Aprenderán todo sobre el caballo, desde sacarlo de la cuadra, acariciarlo, cepillarlo, hasta galopar.

Material: El club proporcionarà el material tècnic.
Material: El club proporcionará el material técnico.

Natació

Divendres: 9:45h a 10:30h - I3 a I5
10:30h a 11:15h - 1r a 3r EPRI

45€/mes

Club Natació Lleida

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Nedar és un dels esports més complets que existeixen. A més del gran nombre de músculs que hi intervé, el medi aquàtic és ideal per mantenir sa el sistema cardiovascular, pràcticament a qualsevol edat.

Nadar es uno de los deportes más completos que existen. Además del gran número de músculos que interviene, el medio acuático es ideal para mantener sano el sistema cardiovascular, prácticamente a cualquier edad.

Material: Banyador, casquet de bany, tovallola, xancles i necesser.

Material: Bañador, gorro de baño, toalla o albornoz, chanclas y neceser.

Bàsquet

Primària: Dilluns i dimecres de 13:30 a 14:15h
ESO: Dimarts i dijous de 14:15h a 15:00h

Dos dies a la setmana 42€/mes

Força Lleida

PROGRAMA I OBJECTIUS:

El bàsquet aporta molts beneficis físics als nens i nenes, però també n'hi ha molts altres d'emocionals. Per ser un esport d'equip, el bàsquet fomenta la sociabilitat, ideal per als nens tímids. A més, la mateixa dinàmica del joc els ensenya a actuar amb rapidesa, a prendre decisions i a resoldre les situacions problemàtiques.

El baloncesto aporta muchos beneficios físicos a los niños y niñas, pero también hay muchos otros emocionales. Por ser un deporte de equipo, el baloncesto fomenta la sociabilidad, ideal para niños tímidos. Además, la propia dinámica del juego enseña a los niños a actuar con rapidez, a tomar decisiones ya resolver las situaciones problemáticas.

Material: Roba esportiva de l'escola i ampolla d'aigua.

Material: Ropa deportiva de la escuela y botella de agua.

Judo

Infantil (I4 a I5): Dimecres de 13:00h a 14:00h
Primària: Dilluns i dimecres de 14:00h a 15:00h
ESO: Dimarts i divendres de 14:00h a 15:00h

Dos dies a la setmana 42€/mes

David Peralta

PROGRAMA I OBJECTIUS:

El judo és una de les arts marcials preferides dels nens. Desenvolupen les seves capacitats físiques i psíquiques i milloren el seu estat de forma al mateix temps que aprenen valors tan importants com la companyonia o el respecte cap als altres. Desenvolupa també habilitats motores bàsiques. Una de les regles més importants a l'hora de fer judo és aprendre a caure correctament, el que evitarà moltes lesions durant les classes, però també fora d'elles.

El judo es una de las artes marciales favoritas de los niños. Desarrollan sus capacidades físicas y psíquicas y mejoran su estado de forma al al tiempo que aprenden valores tan importantes como el compañerismo o el respeto hacia los otros. Desarrolla habilidades motoras básicas. Una de las reglas más importantes a la hora de hacer judo es aprender a caer correctamente, lo que evitará muchas lesiones durante las clases, pero también fuera de ellas.

Material: Kimono de judo i cinturó.

Material: Kimono de judo y cinturón.

Escacs

Dijous de 13:00h a 14:00h - INFANTIL
Divendres de 14:15 a 15:00h - 1er a 3er EPRI
Divendres de 13:30 a 14:15h - 4rt a 6è EPRI

35€/mes

Laura Larroca, Acadèmia Escacs Josep Oms

JOSEP OMS
ACADÈMIA D'ESCACS

PROGRAMA I OBJECTIUS:
Els escacs és un exercici extremadament bo per al cervell. Aporten molts beneficis per als nens. Els ajuden a reforçar les funcions cognitives en un moment del desenvolupament i que tindrà impacte durant tota la seva vida.

El ajedrez es un ejercicio extremadamente bueno para el cerebro. Aportan muchos beneficios para los niños y niñas. Les ayuda a reforzar las funciones cognitivas en un momento del desarrollo y que tendrá impacto durante toda su vida.

Material: L'aporta l'escola.

Material: Lo aporta la escuela

Patinatge

Dimecres de 14:00h a 14:45h - 1er a 3er EPRI
Dijous de 14:00h a 14:45h - 4rt a 6è EPRI

35€/mes

Cristina Caballero

PROGRAMA I OBJECTIUS:

L'activitat de patinatge contribueix a millorar l'estat físic. Augmenta la resistència aeròbica, activant la circulació sanguínia i enforteix cames, pulmons i cor. Contribueix a més a desenvolupar l'equilibri, la concentració i la coordinació; i aporta millores destacades en infants amb petites dificultats motrius.

La actividad de patinaje contribuye a mejorar el estado físico aumentando la resistencia aeróbica, activando la circulación sanguínea, fortaleciendo piernas, pulmones y corazón. Contribuye además a desarrollar el equilibrio, la concentración y la coordinación; aportando mejoras destacadas en niños con pequeñas dificultades motrices.

Material: Roba esportiva de l'escola i ampolla d'aigua.
Material: Ropa deportiva de la escuela y botella de agua.

Gimnàstica Artística

Divendres de 13:30h a 14:15h - 1er i 2n EPRI
Dilluns i dimecres de 13:30h a 14:15h - 3er i 4rt EPRI
Dimarts i dijous de 13:30h a 14:15h - 5è i 6è EPRI
Dilluns i dimecres de 17:15h a 18:00h - 1er i 2n ESO

Dos dies a la setmana 42€/mes

Maria Alegre, Marta Alegre i Cristina Caballero

PROGRAMA I OBJECTIUS:
L'activitat de gimnàstica artística és una activitat divertida, dinàmica i creativa, mitjançant activitats perquè les gimnastes s'ho passin bé, però alhora estiguin practicant aquells elements que són importants en aquest esport.

La actividad de gimnasia artística es una actividad divertida, dinámica y creativa, mediante actividades para que las gimnastas se lo pasen bien, pero al mismo tiempo estén practicando aquellos elementos importantes en este deporte.

Material: Roba esportiva de l'escola i ampolla d'aigua.
Material: Ropa deportiva de la escuela y botella de agua.

Futbol

I5: Dimarts de 13:00 a 14:00
EPRI: Dimarts i dijous de 14h a 15:00h
ESO: Dilluns i dimecres de 17:00h a 18:00h

Dos dies a la setmana 42€/mes

Gerard Marín i Mireia Ariño

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Treballar el futbol de manera lúdica i des de la competitivitat sana, aportar grans beneficis als nens/es. Es tracta d'una activitat sana i divertida en la qual l'alumne desenvolupa un comportament cooperatiu, tant dins com fora del camp, fomenta els valors com el respecte pels altres companys, a més d'adquirir un major domini tècnic i tàctic del joc.

Trabajar el futbol de manera lúdica y desde la competitividad sana, comportará grandes beneficios para los niños/as. Se trata de una actividad sana y divertida en la cual de desarrolla un comportamiento cooperativo, tanto dentro como fuera del campo, fomentando los valores como el respeto por los otros compañeros, a parte de adquirir un ma-yor dominio técnico y táctico del juego.

Material: Roba esportiva de l'escola i ampolla d'aigua.

Material: Ropa deportiva de la escuela y botella de agua.

Voleibol

EPRI: Dimecres i divendres de 13:30 a 14:15h
ESO: Dimarts i dijous de 17:15h a 18:00h

Dos dies a la setmana 42€/mes

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Es tracta d'un esport complet en el qual s'exercita tot el cos, amb poc contacte físic i un índex baix de lesions. Aprendran el valor de la cooperació i el treball en equip. Desenvolupa a més el control mental, l'equilibri i la concentració. També ensenya a la ment a adaptar-se a situacions molt diferents en poc temps.

Se trata de un deporte completo en el que se ejercita todo el cuerpo, con poco contacto físico y un índice bajo de lesiones. Aprenderán el valor de la cooperación y el trabajo en equipo. Desarrolla además el control mental, el equilibrio y la concentración. También enseña a la mente a adaptarse a situaciones muy diferentes en poco tiempo.

Material: Roba esportiva de l'escola i ampolla d'aigua.

Material: Ropa deportiva de la escuela y botella de agua.

Tennis

Dilluns de 14:00h a 15:00h

60€/mes

Club Natació Lleida

PROGRAMA I OBJECTIUS:

El tennis per a nens és un dels esports més complets que hi ha i dels més saludables que poden practicar en la seva etapa de creixement. El tennis és un esport on l'aspecte mental és gairebé igual o més important fins i tot que l'aspecte tècnic, al final, al marge del talent, la tècnica s'entrena i es mecanitza, mentre que la capacitat de pensar costa més.

El tenis para niños es uno de los deportes más completos que existen y de los más saludables que pueden practicar en su etapa de crecimiento. El tenis es un deporte en el que el aspecto mental es casi igual o más importante incluso que el aspecto técnico, al final, al margen del talento, la técnica se entrena y se mecaniza, mientras que la capacidad de pensar cuesta más.

Material: Roba esportiva de l'escola i ampolla d'aigua.

Material: Ropa deportiva de la escuela y botella de agua.

Pàdel

Dimecres de 14:00h a 15:00h

60€/mes

Club Natació Lleida

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Brinda un excel·lent desenvolupament corporal, augmenta la coordinació general del nen i millora també el desplaçament i l'equilibri; a més, estimula el ràpid desenvolupament a l'àrea psicomotriu, la qual cosa li servirà per moure's amb més seguretat d'un lloc a l'altre.

Brinda un excelente desarrollo corporal, aumenta la coordinación general del niño y mejora también su desplazamiento y equilibrio; además, estimula el rápido desarrollo en el área psicomotriz, la cual cosa le servirá para moverse con mayor seguridad de un lugar a otro.

Material: Roba esportiva de l'escola i ampolla d'aigua.

Material: Ropa deportiva de la escuela y botella de agua.

Golf

Dimarts o dimecres de 17:30h a 18:30h
Dimarts, dijous o divendres de 14:00h a 15:00h

**Els dies i hores són flexibles, un cop tinguem tots els alumnes inscrits es preguntarà horaris específics per realitzar grups.*

55€/mes

Golf Lleida & country club

PROGRAMA I OBJECTIUS:

El golf també afavoreix el dinamisme del cos i la gestió de la respiració durant el swing. Per colpejar la bola de la millor manera possible cal combinar força, flexibilitat i estabilitat corporal, alhora que es coordinen les extremitats. Com molts esports, el golf ajuda els nens a desenvolupar la coordinació, la posició a l'espai i l'equilibri.

El golf también favorece el dinamismo del cuerpo y la gestión de la respiración durante el swing. Para golpear la bola de la mejor forma posible es necesario combinar fuerza, flexibilidad y estabilidad corporal, al tiempo que se coordinan las extremidades. Como muchos deportes, el golf ayuda a los niños a desarrollar la coordinación, la posición en el espacio y el equilibrio.

Material: Roba esportiva de l'escola i ampolla d'aigua.

Material: Ropa deportiva de la escuela y botella de agua.

Ballet

EPRI: Dilluns de 14:00h a 15:00h

35€/mes

Guiomar, Escola Ares Dance Studio

PROGRAMA I OBJECTIUS:

És comú que els nens i nenes que assisteixen a classes de ball desenvolupin habilitats socials, com la capacitat de cooperar i treballar en equip, a més de tornar-se cada vegada més solvents pel que fa a les seves relacions amb altres nens i nenes. D'altra banda, el ball propicia un ambient creatiu en el qual, si es promou el respecte cap als altres, els ajuda als nens a desenvolupar la sensibilitat i apreciació cap a altres persones, encara que siguin diferents d'ells.

Es común que los niñosy niñas que asisten a clases de baile desarrollen habilidades sociales, como la capacidad de cooperar y trabajar en equipo, además de volverse cada vez más solventes en lo que respecta a sus relaciones con otros niños y niñas. Por otro lado, el baile propicia un ambiente creativo en el que, si se promueve el respeto hacia los demás les ayuda a desarrollar la sensibilidad y apreciación hacia otras personas, aunque sean diferentes a ellos.

Material: *un maillot i medias puntas.*

Material: un maillot y medias puntas.

institució
lleida

Escola d'Idiomes

Cambridge

EPRI: Dimarts i dijous de 13:30 a 14:30
ESO i BATX: Dilluns i divendres de 13:30h a 15:00h

38€/mes First 1 o 45€/mes Fisrt 2 i Advanced

English Study Center

PROGRAMA I OBJECTIUS:

La millor edat per a aprendre qualsevol idioma, a part del nadiu, és en els primers anys de vida, pel fet que els nens i nenes de manera natural i innata tenen disposició, curiositat i condicions per a aprendre vocabulari, abecedari, frases, salutacions i colors, entre d'altres.

La mejor edad para aprender cualquier idioma, aparte del nativo, es en los primeros años de vida, debido a que los niños de forma natural e innata tienen disposición, curiosidad y condiciones para aprender vocabulario, abecedario, frases, saludos y colores, entre otros.

Material: L'aporta l'escola.
Material: Lo aporta la escuela.

Francès

Dimarts i dijous de 14:15h a 15:00h - 1er a 3er EPRI
Dimarts i dijous de 13:30h a 14:15h - 4rt a 6è EPRI
Dilluns i dimecres de 14:15h a 15:00h - 1er a 3er ESO

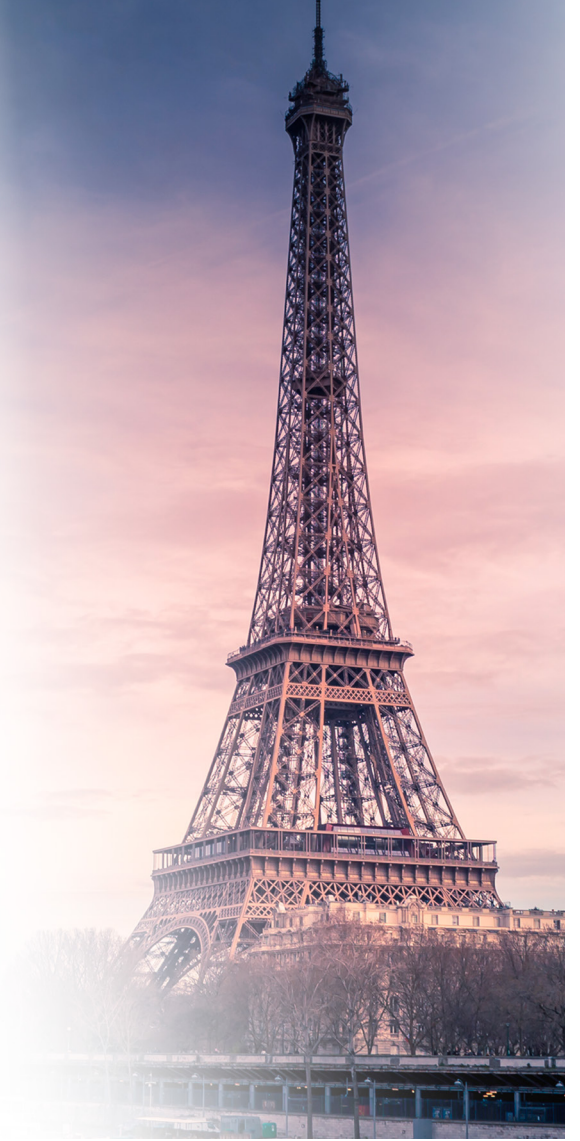
58€/mes

Tiphanie Harel,
Escola d'idiomes Lleida

PROGRAMA I OBJECTIUS:
La millor edat per a aprendre qualsevol idioma, a part del nadiu, és en els primers anys de vida, pel fet que els nens i nenes de manera natural i innata tenen disposició, curiositat i condicions per a aprendre vocabulari, abecedari, frases, salutacions i colors, entre d'altres.

La mejor edad para aprender cualquier idioma, aparte del nativo, es en los primeros años de vida, debido a que los niños de forma natural e innata tienen disposición, curiosidad y condiciones para aprender vocabulario, abecedario, frases, saludos y colores, entre otros.

Material: L'aporta l'escola.



Xinès

EPRI: Dimecres de 13:30h a 14:15h

55€/mes

Sabrina OH

PROGRAMA I OBJECTIUS:

El xinès és un dels idiomes més parlats del món. Aprendre mandarí donarà al teu fill un element distintiu a la seva educació, i l'oportunitat d'aprendre més sobre una cultura mil·lenària.

El chino es uno de los idiomas más hablados del mundo. Aprender mandarín le dará a tu hijo un elemento distintivo en su educación, y la oportunidad de aprender más acerca una cultura milenaria.

Material: *Necessitaran un llibre de xino que indicarà l'escola.*

Material: Necesitarán un libro de chino que lo indicará la escuela.

institució
lleida

Escola STEAM

Robòtica

Dilluns de 13:00h a 14:20h - INFANTIL
Dilluns de 14:20 a 15:10 - 1er, 2n i 3er EPRI
Dilluns de 13:30 a 14:20h - 4rt, 5è i 6è EPRI
Dimarts de 17:00 a 18:00h - ESO

45€/mes

SmartSchool

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Els infants d'avui dia, neixen i creixen en una societat globalitzada on l'ús de les tecnologies de la informació i la comunicació són completament presents en tot moment. Per aquest motiu, és important que des de l'escola es proporcionin des de ben petits diferents estratègies i eines que garanteixin un bon ús d'aquests instruments.

Los niños de hoy en día, nacen y crecen en una sociedad globalizada donde el uso de las tecnologías de la información y la comunicación están completamente presentes en todo momento. Por este motivo, es importante que desde la escuela se proporcione desde pequeños diferentes estrategias y herramientas que garanticen un buen uso de estos instrumentos.

Material: L'aporta SmartSchool.
Material: Lo aporta SmartSchool.

Estudi dirigit

EPRI i ESO: Dilluns a dijous de 17:00h a 18:00h

25€/mes

PROGRAMA I OBJECTIUS:
Inculcar als alumnes metodologia d'estudi i autonomia. A més tindran durant una hora una persona encarregada de resoldre dubtes, entre altres coses. Aprofitar aquesta hora per a estudiar o acabar els deures.

Inculcar a los alumnos metodología de estudio y autonomía. Además tendrán durante una hora una persona encargada de resolver dudas, entre otras cosas. Aprovechar esa hora para estudiar o acabar los deberes.

Material: L'aporta l'escola.
Material: Lo aporta la escuela.

institució lleida

Escola Musical

Iniciació als instruments

Dimarts de 17:00h a 17:45h - I3 a I5

35€/mes

Maylos Pons, Escola de música Pons Roselló

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Programa d'iniciació musical dels nens i nenes de 3 a 5 anys (P3, P4 i P5), on es treballen les capacitats auditives, vocals, rítmiques, motrius i cognitives. Ajuda al desenvolupament integral dels nens més petits a través de la música. A partir de P3 tenen el primer contacte amb els instruments: piano, violí, guitarra, flauta travessera, etc.

Programa de iniciación musical de los niños de 3 a 5 años (P3, P4 y P5), donde se trabajan las capacidades auditivas, vocales, rítmicas, motrices y cognitivas. Ayuda al desarrollo integral de los niños más pequeños a través de la música. A partir de P3 tienen el primer contacto con los instrumentos: piano, violín, guitarra, flauta travesera, etc.

Material: L'aporta l'escola.

Material: Lo aporta la escuela.

Guitarra

Dilluns, dimecres i divendres de 13:30h a 15:00h - EPRI, ESO

60€/mes (30 min), 80€/mes (45 min)

**Es realitzarà una sessió de 30 min personalitzada d'instrument i una sessió de 30 min grupal amb llenguatge musical i COMBO per poder treballar tots conjuntament.*

Adrià Acosta, Abraham o Aishling.

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Cert és que els estudis musicals no tenen edat, però és innegable que aprendre música des de ben petits té molts avantatges i pot arribar a jugar un paper molt important en el desenvolupament integral dels més petits de casa. La música aporta molts beneficis i iniciar-se en aquest art durant els primers anys de vida, estimula la memòria i la intel·ligència, les capacitats d'atenció, concentració i l'expressió, entre molts aspectes més.

Cierto es que los estudios musicales no tienen edad, pero es innegable que aprender música desde pequeños tiene muchas ventajas y puede llegar a jugar un papel muy importante en el desarrollo integral de los más pequeños de casa. La música aporta muchos beneficios e iniciarse en este arte durante los primeros años de vida, estimula la memoria y la inteligencia, las capacidades de atención, concentración y la expresión, entre muchos aspectos más.

Material: L'aporta l'escola.

Material: Lo aporta la escuela.

Piano

EPRI: Dilluns, dimarts i dijous de 13:30h a 15:00h

60€/mes (30 min), 80€/mes (45 min)

**Es realitzarà una sessió de 30 min personalitzada d'instrument i una sessió de 30 min grupal amb llenguatge musical i COMBO per poder treballar tots conjuntament.*

Yolanda Gese

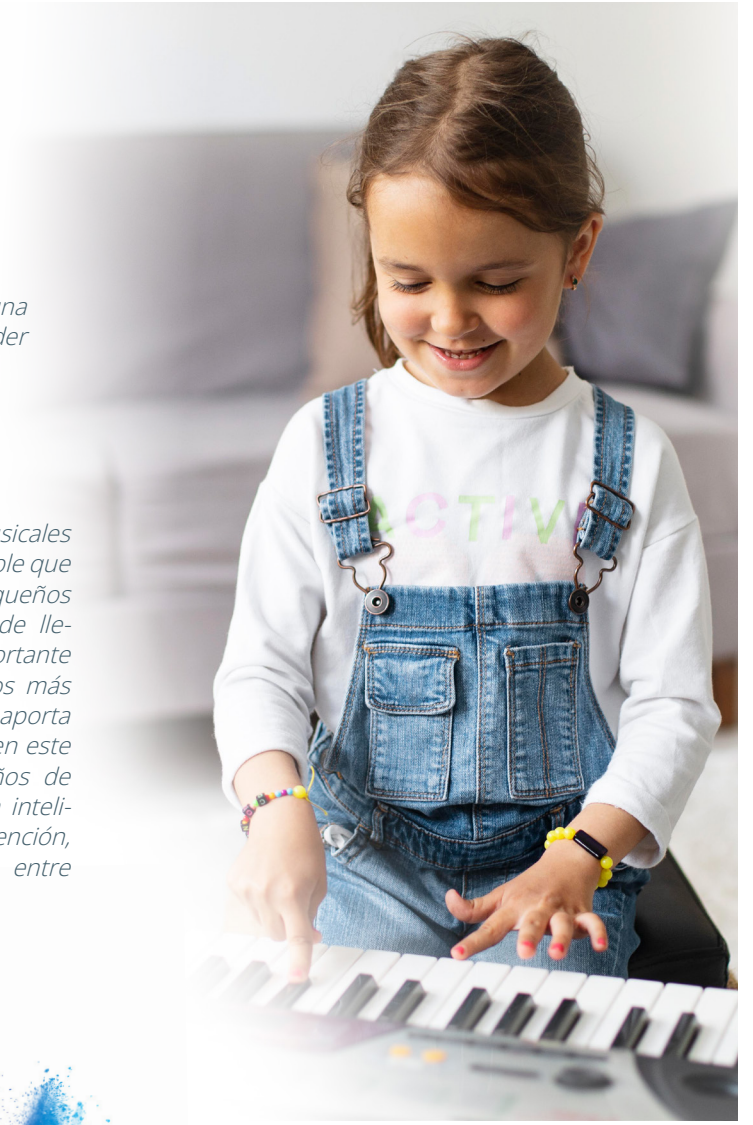
PROGRAMA I OBJECTIUS:

Cert és que els estudis musicals no tenen edat, però és innegable que aprendre música des de ben petits té molts avantatges i pot arribar a jugar un paper molt important en el desenvolupament integral dels més petits de casa. La música aporta molts beneficis i iniciar-se en aquest art durant els primers anys de vida, estimula la memòria i la intel·ligència, les capacitats d'atenció, concentració i l'expressió, entre molts aspectes més.

Cierto es que los estudios musicales no tienen edad, pero es innegable que aprender música desde pequeños tiene muchas ventajas y puede llegar a jugar un papel muy importante en el desarrollo integral de los más pequeños de casa. La música aporta muchos beneficios e iniciarse en este arte durante los primeros años de vida, estimula la memoria y la inteligencia, las capacidades de atención, concentración y la expresión, entre muchos aspectos más.

Material: L'aporta l'escola.

Material: Lo aporta la escuela.



Batucada

EPRI: Divendres de 14:00 a 15:00h

35€/mes

Robert

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Has de saber que encara no és tard per aprendre a tocar un instrument i a llegir una partitura, i que millor que relcionar-se amb altres pares de l'escola. L'aprenentatge del llenguatge musical i la pràctica d'un instrument en etapes de maduresa, ha de ser tractat manera específica en funció de les motivacions que porten a cada persona a voler emprendre o tornar als estudis musicals.

Debes saber que todavía no es tarde para aprender a tocar un instrumento y a leer una partitura, y además, que mejor que relacionarse con otros padres de la escuela. El aprendizaje del lenguaje musical y la práctica de un instrumento en etapas de madurez, debe ser tratado forma despecífica en función de las motivaciones que llevan a cada persona a querer emprender o volver a los estudios musicales.

Material: L'aporta l'escola (es pot portar instrument propi).

Material: Lo aporta la escuela (se puede traer instrumento propio).

institució lleida

ARTS I CREATIVITATS

Dance

EPRI: Dilluns de 13:00h a 14:15h
ESO: Dijous de 14:15h a 15:00h

35€/mes

Guiomar, Escola Ares Dance Studio

PROGRAMA I OBJECTIUS:

És comú que els nens i nenes que assisteixen a classes de ball desenvolupin habilitats socials, com la capacitat de cooperar i treballar en equip, a més de tornar-se cada vegada més solvents pel que fa a les seves relacions amb altres nens i nenes. D'altra banda, el ball propicia un ambient creatiu en el qual, si es promou el respecte cap als altres, els ajuda als nens a desenvolupar la sensibilitat i apreciació cap a altres persones, encara que siguin diferents d'ells.

Es común que los niñosy niñas que asisten a clases de baile desarrollen habilidades sociales, como la capacidad de cooperar y trabajar en equipo, además de volverse cada vez más solventes en lo que respecta a sus relaciones con otros niños y niñas. Por otro lado, el baile propicia un ambiente creativo en el que, si se promueve el respeto hacia los demás les ayuda a desarrollar la sensibilidad y apreciación hacia otras personas, aunque sean diferentes a ellos.

Material: Roba esportiva de l'escola i ampolla d'aigua.
Material: Ropa deportiva de la escuela y botella de agua.

Lettering

EPRI: Dijous de 14:00 a 15:00h
ESO: Dimecres de 14:00 a 15:00h

40€/mes

Laia Martínez, Craft&Artist

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Cal·ligrafia i lettering, Scrapbooking i bijuteria són algunes de les activitats que es realitzaran en aquesta activitat. Expressen la seva creativitat dibuixant lletres amb retoladors de pinzell. Aprendrem concep tes bàsics, eines i materials que podem fer servir per utilitzar, entre altres, els retoladors de pinzell, efectes i resultats espectaculars que podran aplicar a qualsevol projecte artístic o creatiu que vulguin. El que aconsegueix és desconnectar, concentrar-se i potenciar la creativitat.

Caligrafía y lettering, Scrapbooking y bisutería son algunas de las actividades que se realizarán en esta actividad. Expresan su creatividad dibujando letras con rotuladores de pincel. Aprenderemos conceptos básicos, herramientas y materiales que podemos utilizar para utilizar, entre otros, los rotuladores de pincel, efectos y resultados espectaculares que podrán aplicar a cualquier proyecto artístico o creativo que quieran. Lo que se consigue es desconectar, concentrarse y potenciar la creatividad.

Material: L'aporta l'escola conjuntament amb Craft&Artist.

Material: Lo aporta la escuela conjuntamente con Craft&Artist.

Teatre/Cine

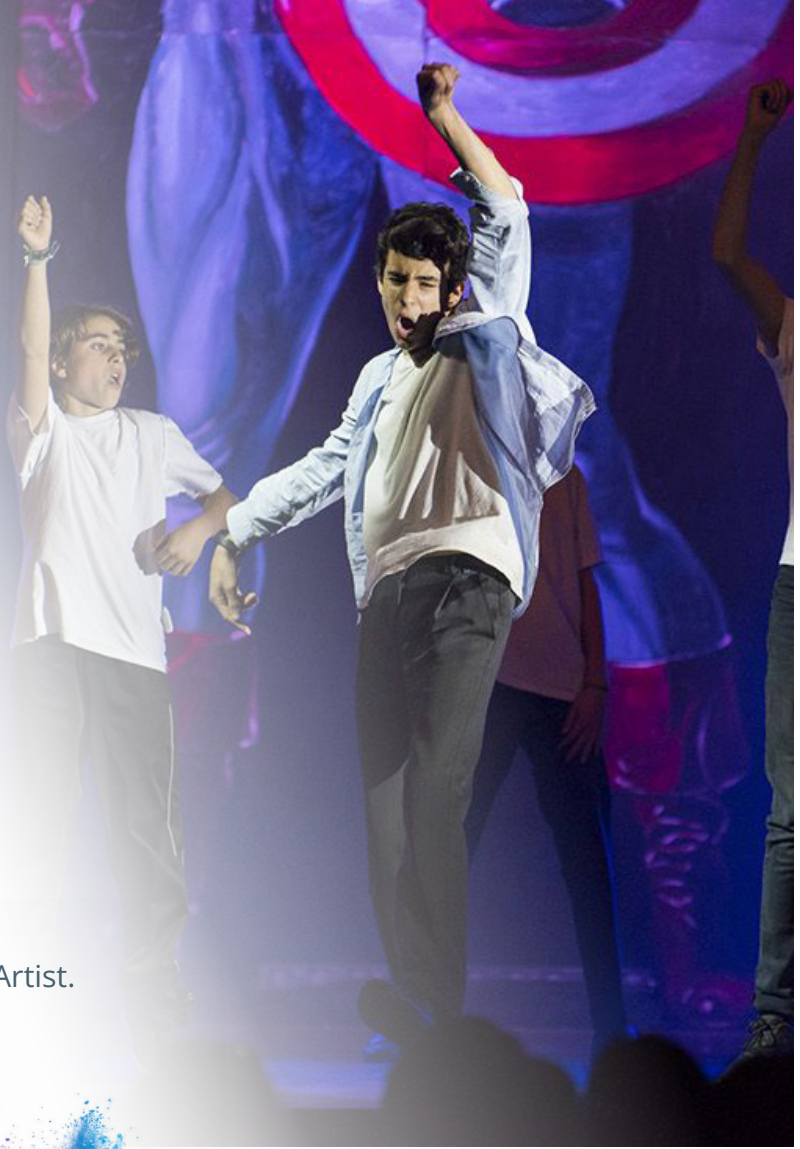
ESO: Divendres de 14:15h a 15:00h

35€/mes

Manel Vàzquez

PROGRAMA I OBJECTIUS:
S'estimula la creativitat, la imaginació i l'ús dels sentits, la qual cosa contribueix al fet que els nens expandeixin la seva fantasia. Es desenvolupa la disciplina i el treball en equip per a la creació escènica en col·lectiu.

Se estimula la creatividad, la imaginación y el uso de los sentidos, lo cual contribuye a que los niños expandan su fantasía. Se desarrolla la disciplina y el trabajo en equipo para la creación escénica en colectivo.



Material: L'aporta l'escola conjuntament amb Craft&Artist.
Material: Lo aporta la escuela conjuntamente con Craft&Artist.

Fotografia

ESO: Dilluns de 14:15h a 15:00h

40€/mes

Joan Oriach

PROGRAMA I OBJECTIUS:
Fotografiar el mateix objecte primer amb llum difusa i després amb llum dura, Il·luminar un mateix objecte des de diferents direccions i prendre una fotografia de cadascuna d'aquestes situacions o fotografiar un objecte o motiu amb o sense reflector, són entre moltes coses de les quals aprendran en classe.

Fotografiar el mismo objeto primero con luz difusa y luego con luz dura, Iluminar un mismo objeto desde distintas direcciones y tomar una fotografía de cada una de estas situaciones o fotografiar un objeto o motivo con o sin reflector, son entre muchas cosas de las que aprenderán en clase.

Material: Si es té portar càmera, si no, el col·legi aportarà una.
Material: Si se tiene traer cámara, si no, el colegio aportará una.

Pintura

ESO: Dijous de 14:15h a 15:00h

45€/mes

Laura

PROGRAMA I OBJECTIUS:
La pintura estimula la comunicació, la creativitat, sensibilitat, i augmenta la capacitat de concentració i expressió dels nens. Serà per això que la pintura està també indicada en els tractaments terapèutics dels nens. Amb la pintura es disminueix l'ansietat i s'amenitzen les pors i les expectatives.

La pintura estimula la comunicación, la creatividad, sensibilidad, y aumenta la capacidad de concentración y expresión de los niños. Será por eso que la pintura está también indicada en los tratamientos terapéuticos de los niños. Con la pintura se disminuye la ansiedad y se amenizan los miedos y las expectativas.

Material: L'aporta l'escola conjuntament amb Craft&Artist.
Material: Lo aporta la escuela conjuntamente con Craft&Artist.

institució lleida

ESCOLA DE CUINA

Let's cook!

EPRI: Dimarts de 14:00h a 15:00h

35€/mes

Sergi Melcion,
Escola Hostaleria Lleida

PROGRAMA I OBJECTIUS:
Divertint-se mentre cuinen, els nens s'habituen al treball en equip, guanyen independència i confiança i es fan més conscients de les seves responsabilitats. Incorporar-los en la preparació dels aliments, ajuda al fet que internalitzin des de molt petits bons hàbits alimentaris i d'higiene, així com les normes de seguretat.

Divirtiéndose mientras cocinan, los niños se habitan en el trabajo en equipo, ganan independencia y confianza y se hacen más conscientes de sus responsabilidades. Incorporarlos a la preparación de los alimentos, ayuda a internalizar desde muy pequeños buenos hábitos alimenticios y de higiene, así como las normas de seguridad.

Material: *Davantal.*
Material: Delantal.

institució lleida

ACTIVITATS PER A PARES

Pares fit

Dimarts i dijous a les 17:00h

Dos dies a la setmana 42€/mes

Entrenador personal

PROGRAMA I OBJECTIUS:
L'activitat física regular pot millorar la força muscular i augmentar-ne la resistència. L'exercici subministra oxigen i nutrients als teixits i ajuda a fer que el sistema cardiovascular funcioni de manera més eficient. I quan la teva salut cardíaca i pulmonar millora, tens més energia per fer les tasques diàries. I res millor que temps per a vosaltres!

La actividad física regular puede mejorar la fuerza muscular y aumentar la resistencia. El ejercicio suministra oxígeno y nutrientes a los tejidos y ayuda a que el sistema cardiovascular funcione de manera más eficiente. Y cuando tu salud cardíaca y pulmonar mejora, tienes más energía para hacer las tareas diarias. ¡Y nada mejor que tiempo para vosotros!

Material: L'aportarà l'escola.
Material: Lo aportará la escuela.

Guitarra i piano grupal per a pares

Dimarts de 16:45h a 17:45h

50€/mes

Adrià Acosta

PROGRAMA I OBJECTIUS:

Has de saber que encara no és tard per aprendre a tocar un instrument i a llegir una partitura, i que millor que relcionar-se amb altres pares de l'escola. L'aprenentatge del llenguatge musical i la pràctica d'un instrument en etapes de maduresa, ha de ser tractat manera específica en funció de les motivacions que porten a cada persona a voler emprendre o tornar als estudis musicals.

Debes saber que todavía no es tarde para aprender a tocar un instrumento y a leer una partitura, y además, que mejor que relacionarse con otros padres de la escuela. El aprendizaje del lenguaje musical y la práctica de un instrumento en etapas de madurez, debe ser tratado forma despecífica en función de las motivaciones que llevan a cada persona a querer emprender o volver a los estudios musicales.

Material: L'aporta l'escola (es pot portar instrument propi).

Material: Lo aporta la escuela (se puede traer instrumento propio).

Let’s cook together!

Últim dimecres de cada mes

50€/per parella
Sergi Melcion,
Escola Hostaleria Lleida

PROGRAMA I OBJECTIUS:
Diverteix-te mentre cuines amb la millor companyia, la teva parella. Compartir temps de qualitat és clau per al matrimoni. Cuinar junts us ajuda a comunicar-vos millor. Us divertireu i podreu seguir practicant a casa!

Diviértete mientras cocinas con la mejor compañía, tu pareja. Compartir tiempo de calidad es clave para el matrimonio. Cocinar juntos os ayudará a comunicaros mejor. ¡Os divertiréis y podréis seguir practicando en casa!

Material: *Davantal.*
Material: Delantal.

Col·laboracions

CHAMPION HORSE CLUB

ESC HOTUR LLEIDA

ARES DANCE STUDIO Alcarràs

eoh

Música Pons Roselló

Craft & Artists

SMARTSCHOOL

força lleida

C N LLEIDA

JOSEP OMS ACADÈMIA D'ESCACS

GOLF LLEIDA & COUNTRY CLUB

institució ampa lleida

institució
lleida

Per a més informació, podeu consultar el nostre lloc web:

afterclass.instituciolleida.org

Coordinadora d'extraescolars:
Esperanza Cavero
ecavero@instituciolleida.org