

AFTER CLASS



institució
lleida



Esports



Idiomes



STEAM



Música



Arts

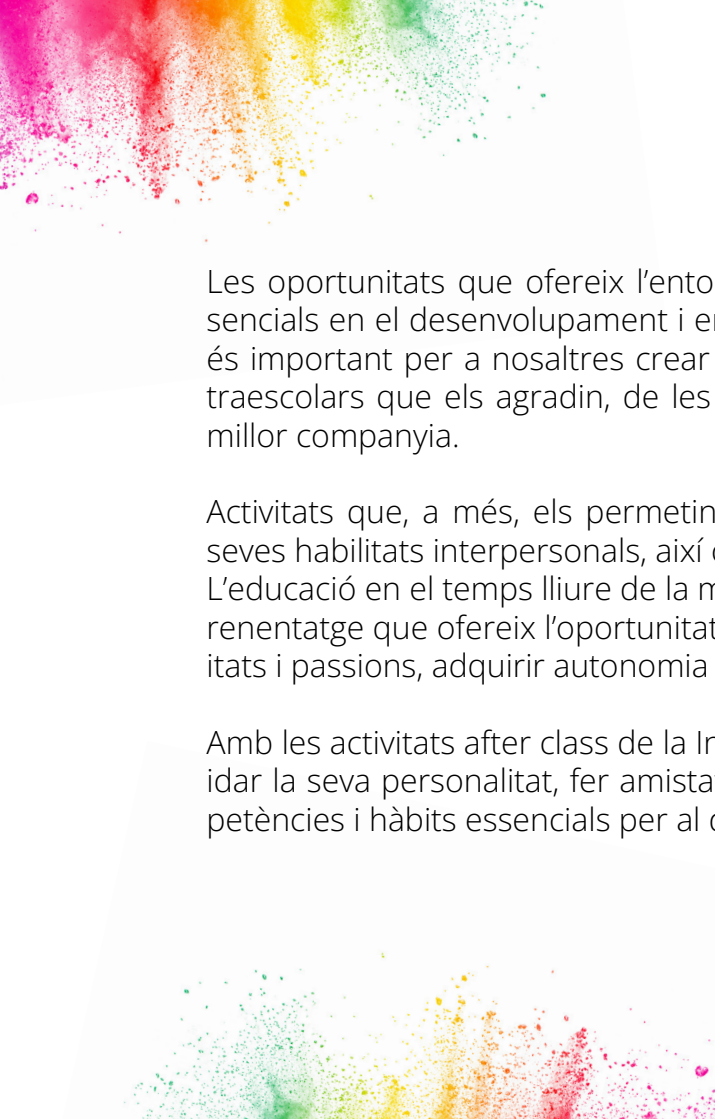


Cuina

Índex

Extraescolars per cursos	6
Horaris	9
ESCOLA D'ESPORTS	10
Hípica	
Natació	
Judo	
Escacs	
Patinatge	
Gimnàstica Artística	
Futbol	
Pàdel	
Multiesports	
ESCOLA D'IDIOMES	20
Cambridge	
ESCOLA STEAM	23
Robòtica	


ESCOLA MUSICAL	25
Sensibilització musical	
Guitarra clàssica	
Piano	
ARTS I CREATIVITATS	29
Dance	
Lettering	
ESCOLA DE CUINA	32
Let's cook	



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

13

14

15

1r

2n

3r

4t

5è

6è

ESCOLA MUSICAL

Sensibilització musical



Guitarra



Piano



Batucada

ARTS I CREATIVITATS

Dance



Lettering



ESCOLA DE CUINA

Let's Cook



ESO i BATXILLERAT

1r

2n

3r

4t

1r Batx

2n Batx

ESCOLA D'ESPORTS

Hípica



Judo



Pàdel



ESCOLA D'IDIOMES

Cambridge



ESCOLA STEAM

Robòtica



ARTS I CREATIVITATS

Dance



HORARI AFTERCLASS

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

9.45 a 10.30					● Natació 13 i 14
10.30 a 11.15					● Natació 15 a 2n EPRI
13.00 a 14.00	● Multiesports INF		● Judo Infantil	● Escacs	● Futbol 15
				● Dance 14 i 15	
13.00 a 14.15	● Cambridge 3r EPRI		● Cambridge 3r EPRI	● Cambridge 5è EPRI	
			● Cambridge 5È EPRI		
13.30 a 14.30	● Robòtica Infantil	● Sensibilització musical		● Cambridge PET i FIRST	● Cambridge PET i FIRST
13.30 a 15.00	● Guitarra	● Piano	● Guitarra	● Piano	● Guitarra
	● Piano				
13.30 a 15.15	● Cambridge PET 1	● Cambridge PET 1			
14.00 a 15.00	● Futbol EPRI	● Judo ESO	● Multiesports EPRI	● Gimnàstica Artística	● Judo ESO
	● Lettering 5è a 6è	● Judo EPRI	● Gimnàstica Artística	● Futbol EPRI	● Patinatge
			● Padel	● Robòtica EPRI	● Judo EPRI
			● Let's cook	● Dance EPRI	● Robòtica ESO
				● Lettering 1r a 4t EPRI	● Multiesports EPRI
					● Dance 1r i 2n ESO
14.15 a 15.00	● Cambridge PET 2	● Cambridge PET 2		● Cambridge 6è EPRI	
	● ESO Pet 2	● Cambridge 6è EPRI			
		● ESO Pet 2			
14.45 a 16.00				● Cambridge Advanced	● Cambridge Advanced
18.00 a 19.00		● Hípica			



institutió
lleida

Escola d'esports





Hípica

Dimarts 18:00 h a 19:00 h
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. Aprendre 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 proporcionarà el material tècnic.



Natació

Divendres: 9:45 h a 10:30 h - I3 a I4
10:30 h a 11:15 h - I5 a 2n 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.



Judo

Infantil: Dimecres de 13:00 h a 14:00 h

Primària: Dimecres i divendres de 14:00 h a 15:00 h

ESO: Dimarts i divendres de 14:00 h a 15:00 h

 Un dia 35 €/mes - Dos dies 42 €/mes

 Jordina Ibáñez

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 13:00 h a 14:00 h - INFANTIL

Dijous de 13:00 h a 14:00 h - PRIMÀRIA

 25 €/mes

 Laura Larroca, Acadèmia
Escacs Josep Oms



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.



Patinatge

Divendres de 14:00 h a 15:00 h - 1r a 6è EPRI

 35 €/mes

 Sara Puertas

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

Dimecres i dijous de 14:00 h a 15:00 h

 Dos dies 42 €/mes

 Candela Esteve

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

15: divendres de 13:00 h a 14:00 h
1r a 6è EPRI: dilluns i dijous de 14:00 h a 15:00 h

 Un dia 35 €/mes - Dos dies 42 €/mes

 Sebastian Aguerrebehere

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 mayor 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.






Pàdel

1r a 4t d'ESO

Dimecres de 14:00h a 15:00h

 60 €/mes

 WAPS Torrefarrera



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.



Multiesports

I4 i I5 - Dilluns de 13:00 h a 14:00 h
Primària - Dimecres i divendres de 14:00 h a 15:00 h

📅 35 €/mes (1 dia)

42 €/mes (2 dies)



Sebastian Aguerrebehere

PROGRAMA I OBJECTIUS:

S'ofereix un ampli ventall d'activitats físiques, entre ells, diferents esports per tal que els nens/es tingui coneixement i criteri per escollir posteriorment si ho desitgen, l'esport que més els hi agradi. El joc serà l'eina de treball per arribar a aquests coneixements, valorant la participació per sobre els resultats i sense entrar en aspectes molt tècnics, Amb aquest esports aprendran tècniques senzilles per gaudir de l'esport en equip millorar la seva forma física i entendre millor els esports que els agraden. Una bona activitat per descarregar energia de manera saludable i divertida.

Se ofrece un amplio abanico de actividades físicas, entre ellos, diferentes deportes para que los niños/as tengan conocimiento y criterio para escoger posteriormente si lo desean, el deporte que más les guste. El juego será la herramienta de trabajo para llegar a estos conocimientos, valorando la participación por encima de los resultados y sin entrar en aspectos muy técnicos. Con estos deportes aprenderán técnicas sencillas para disfrutar del deporte en equipo mejorar su forma física y entender mejor los deportes que les gustan. Una buena actividad para descargar energía de forma saludable y divertida.

Material: roba esportiva de l'escola i ampolla d'aigua
Material: ropa deportiva de la escuela y botella de agua





institutió
lleida

Escola d'Idiomes



Cambridge Primària

3r EPRI - dilluns i dimecres de 13:00 h a 14:15 h

4t EPRI - dilluns i dimarts de 14:15 h a 15:00 h

5è EPRI - dimecres i dijous de 13:00 h a 14:15 h

6è EPRI - dimarts i dijous de 14:15 h a 15:00 h

 Arabell

 Inlingua

 Movers / Flyers EPRI: 45 €/mes



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.




Cambridge ESO i Batx

PET 1 - Dilluns i dimarts de 13:30 h a 14:15 h
PET 2 - Dilluns i dimarts de 14:15 h a 15:00 h
PET i FIRST - Dijous i divendres de 13:30 h a 14:30 h
Advanced - Dijous i divendres de 14:45 h a 16:30 h

 Arabell (1r i 2n ESO), Terraferma (3r ESO a Batx.)

 Nuria Astals, Joan Piñol i Maria Camargo

 PET 1 i PET 2 (1r i 2n ESO): 38 €/mes
PET i FIRST (3r i 4t ESO): 51 €/mes
Advanced (1r i 2n Batxillerat): 63 €/mes



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





institució
lleida

Escola STEAM



Robòtica

Dilluns de 13:30 h a 14:30 h - INFANTIL

Dijous de 14:00 h a 15:00 h - 1r a 6è EPRI

Divendres de 14:00 h a 15:00 h - 1r a 2n ESO

 45 €/mes



 SmartSchool

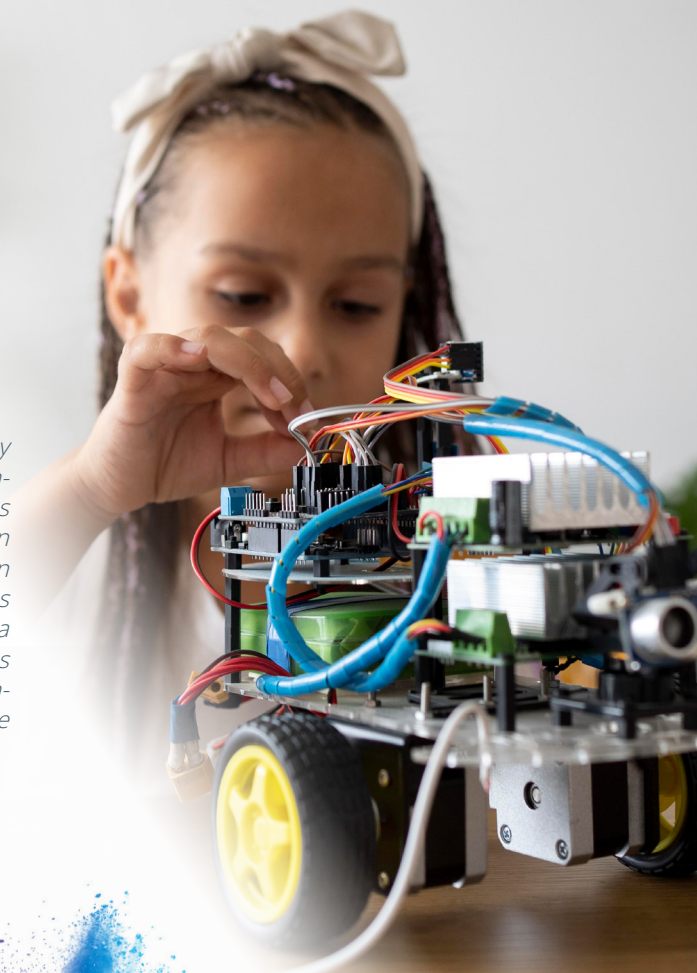
PROGRAMA I OBJECTIUS:

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.





institució
lleida

Escola Musical



Sensibilització musical

Dimarts de 13:30 h a 14:30 h - I3 a I5

 35 €/mes



Anna Bosch, Escola de
música Pons Roselló



PROGRAMA I OBJECTIUS:

Programa d'iniciació musical dels nens i nenes de 3 a 5 anys (I3, I4 i I5), 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 I3 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 (I3, I4 y I5), 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 I3 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 13:30 h a 15:00 h - PRIMÀRIA

 60 €/mes (30 min)

 Adrià Acosta

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

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

 60 €/mes (30 min)

 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.





institució
lleida

ARTS I CREATIVITATS



Dance

Dijous de 13:00 h a 14:00 h - I4 i I5
Dijous de 14:00 h a 15:00 h - Primària
Divendres de 14:00 h a 15:00 h - 1r i 2n ESO

 35 €/mes

 Escola Ares Dance Studio,
Paula Tomàs



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 niños y 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

Dilluns de 14:00 h a 15:00 h - 5è i 6è EPRI

Dijous de 14:00 h a 15:00 h - 1r a 4t EPRI

📁 45 €/mes

👤 Roser Olivart

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. Aprendre conceptes 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 aconseguim 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.

Material: Lo aporta la escuela.





institució
lleida

ESCOLA DE CUINA



Let's cook!

Dimecres de 14:00h a 15:00h - PRIMÀRIA

 35€/mes

 Maria Camargo

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 i tupper
Material: Delantal y tupper





Col·laboracions





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

afterclass.instituciolleida.org

Coordinador d'extraescolars:
Sebastián Aguerrebehere
extraescolars@instituciolleida.org

