

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | | | PRIMÀRIA | | | | | ESO | | | | BATX. | | |
|----------------|----------|----|----|----------|----|----|----|----|-----|----|----|----|-------|----|----|
| | I3 | I4 | I5 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

INTRODUCCIÓ A L'ESCALADA A CANGLOMERAT

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

OPCIÓ A: Visita a la sala d'escalada, on aprendrem les tècniques bàsiques d'escalada, realitzarem uns jocs segons edats i practicarem l'escalada en bloc. (l'escalada en bloc és aquella en que no s'utilitzen cordes ni aparells d'escalada i la caiguda és als matalassos)

OPCIÓ B: Visita més complerta a l'escola d'escalada, on aprendrem les tècniques bàsiques d'escalada, nusos, realitzarem uns jocs segons edats, practicarem l'escalada en bloc i practicarem l'escalada amb corda.

ALTRES OPCIONS:

Canglomerat posa a disposició la sala a les escoles per a realitzar cicles dedicats a l'escalada, on els alumnes poden aprendre les tècniques, els materials, nusos, i practicar un esport tan complert com l'escalada. La durada d'aquestes activitats s'adequa als centres.

OBJECTIUS

- Fomentar la pràctica de l'esport
- Cohesionar el grup i fomentar el companyerisme
- Respectar el medi natural
- Millorar la psicomotricitat i l'equilibri
- Superar pors i millorar la confiança en un mateix

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 1 hora i mitja (Opció A), 2 hores (Opció B), durada pactada amb els centres (altres opcions)
- Nombre d'alumnes per sessió: entre 10 i 30 alumnes
- Dia/es de realització i horari: De dimarts a divendres de 10 a 14h
- Lloc de realització: Escola d'escalada Canglomerat. Carrer Sant Feliu, 11

- Cost: 3€ per alumne la opció A, 5€ per alumnes la opció B, a concretar les altres opcions.
- Observacions:
- Material de suport: Tot el material necessari per a les activitats el proporcionarà el centre d'escalada Canglomerat.

MÉS INFORMACIÓ:

Canglomerat, Xavier Viadé Piñot

620 888 664

info@canglomerat.com

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | | | PRIMÀRIA | | | | | | ESO | | | | BATX. | |
|----------------|----------|----|----|----------|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|-------|----|
| | I3 | I4 | I5 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

I

INTRODUCCIÓ A L'ATLETISME

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

Jornada de visita a les pistes municipals d'atletisme que constarà de dues parts: en la primera, una persona vinculada al Club Atlètic Castellar us farà una xerrada explicativa sobre la pràctica de l'atletisme en les seves diferents vessants (des de la visió de la promoció a la visió més internacional/olímpica), i de les diverses modalitats i proves. En la segona, es farà una sessió pràctica (amb activitats acordades entre entitat i escola). Si es prefereix, aquesta segona part també podrà ser organitzada i portada a terme només pel professorat de cada escola visitant (caldrà demanar prèviament el material que necessitareu al Club Atlètic Castellar).

OBJECTIUS

- Fomentar la pràctica esportiva i la pràctica atlètica com a base de la resta d'esports
- Conèixer l'atletisme i les seves modalitats (pista coberta, pista a l'aire lliure, cros...)
- Conèixer les proves atlètiques i les normes que les regulen (sortida nul·la, salt nul, jutges...)

INFORMACIÓ DE LA VISITA:

- Durada: 3h aproximadament
- Núm. Alumnes per sessió: 2 grups-classe
- Dia/es i horari: matins de dilluns, dimarts, dijous i divendres
- Lloc de realització: Pistes municipals d'atletisme Carrer Garrotxa, S/N
- Cost: activitat gratuïta
- Observacions: cal que portin roba i calçat adequat per fer la pràctica esportiva.
- Material Suport: el Club Atlètic Castellar proporcionarà els materials necessaris per dur a terme l'activitat

MÉS INFORMACIÓ:

Ramon Ciuraneta

663 25 63 85

cacastellar@gmail.com

| ESCOLA BRESSOL | | INFANTIL | | | | PRIMÀRIA | | | | | ESO | | | | BATX. | |
|----------------|--|----------|----|----|----|----------|----|----|----|----|-----|----|----|----|-------|----|
| | | I3 | I4 | I5 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

I

INICIACIÓ AL KICK-BOXING

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

L'activitat constarà de 2 parts. Una part d'escalfament i estiraments per preparar als assistents per la pràctica segura del Kick-Boxing.

Una segona part on s'ensenyaran i es practican algunes tècniques d'aquesta art marcial. També es realitzaran alguns exercicis de coordinació, equilibri i concentració, qualitats necessàries per la pràctica d'aquest esport.

OBJECTIUS

- Presentar el Kick-Boxing com un esport que afavoreix el desenvolupament psicomotriu, l'equilibri i la concentració
- Fomentar el companyerisme i el respecte en la pràctica de l'esport.
- Fomentar la autodisciplina en la pràctica de l'esport
- Fomentar els hàbits d'higiene

INFORMACIÓ DE LA VISITA:

- Durada: 1 hora
- Núm. Alumnes per sessió: Un màxim de 20 alumnes per classe i sempre respectant les restriccions vigents.
- Dia/es i horari: De dilluns a divendres de 9:00 a 12:30 en franges d'1hora de durada.
- Lloc de realització: Gimnàs World. Carrer Pare Borrell, 12
- Cost: Gratuït.
- Observacions: Els assistents hauran de venir amb roba esportiva i una tovallola.

MÉS INFORMACIÓ:

Kiko de la Rosa

639317645

gimnasworldtkd@gmail.com

INICIACIÓ AL TAEKWON-DO

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

L'activitat constarà de 2 parts. Una part d'escalfament i estiraments per preparar als assistents per la pràctica segura del Taekwon-do.

Una segona part on s'ensenyaran i es practican algunes tècniques d'aquesta art marcial. També es realitzaran alguns exercicis de coordinació, equilibri i concentració, qualitats necessàries per la pràctica d'aquest esport.

OBJECTIUS

- Presentar el Taekwon-do com un esport que afavoreix el desenvolupament psicomotriu, l'equilibri i la concentració
- Fomentar el companyerisme i el respecte en la pràctica de l'esport.
- Fomentar la autodisciplina en la pràctica de l'esport
- Fomentar els hàbits d'higiene

INFORMACIÓ DE LA VISITA:

- Durada: 1 hora
- Núm. Alumnes per sessió: Un màxim de 20 alumnes per classe i sempre respectant les restriccions vigents.
- Dia/es i horari: De dilluns a divendres de 9:00 a 12:30 en franges d'1hora de durada.
- Lloc de realització: Gimnàs World. Carrer Pare Borrell, 12
- Cost: Gratuït.
- Observacions: Els assistents hauran de venir amb roba esportiva i una tovallola.

MÉS INFORMACIÓ:

Kiko de la Rosa

639317645

gimnasworldtkd@gmail.com

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | PRIMÀRIA | | | | | | ESO | | | | BATX. | |
|----------------|----------|----------|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|-------|----|
| | 13 14 15 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

EL RUGBY A CASTELLAR DEL VALLÈS

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

Sessió de pràctica esportiva del rugbi orientada a la iniciació, i plantejada com una activitat dinàmica i divertida. S'adaptarà en funció a l'edat de l'alumnat i l'objectiu del centre.

Es citaran breus conceptes del rugbi i les normes de funcionament del joc.

OBJECTIUS:

- Descobrir el rugby.
- Aprendre els valors que caracteritzen aquest esport
- Donar a conèixer els "Gossos" Rugby Club Castellar al municipi.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 1 hora
- Nombre d'alumnes per sessió: 1 grup classe
- Dia/es de realització i horari: A concretar
- Lloc de realització: Pistes municipals d'atletisme Carrer Garrotxa, S/N
- Cost: gratuït
- Observacions:
- Material de suport: el Club porta tot el material necessari per a la realització de l'activitat.

MÉS INFORMACIÓ:

Rugby Castellar, Ferran Mauricio Checa

609 72 83 78

gossosrugbycastellar@gmail.com

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|----------|----|----|----------|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|-------|----|
| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | | | PRIMÀRIA | | | | | | ESO | | | | BATX. | |
| | I3 | I4 | I5 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

CLUB TENNIS CASTELLAR (sessions de tennis i/o pàdel)

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

Aprentatge dels cops bàsics del tennis i/o de pàdel a través de exercicis i de jocs, així com exercicis de coordinació i familiarització amb el material per els més petits (adaptats a l'edat dels alumnes).

Hi ha tres opcions disponibles. Caldrà concretar quina es vol fer en el moment de sol·licitar l'activitat:

- SESSIÓ DE TENNIS
- SESSIÓ DE PÀDEL
- SESSIÓ MIXTA DE TENNIS I PÀDEL

En tots els casos l'activitat es pot fer al Club Tennis Castellar o a l'escola.

El club disposa de tot el material per a poder desenvolupar l'activitat (pilotes, raquetes, conos, aros...)

OBJECTIUS:

- Fomentar la pràctica esportiva
- Donar a conèixer el tennis i el pàdel als infants i joves del municipi.
- Aprendre els cops bàsics de la tècnica del tennis i/o pàdel

INFORMACIÓ DE LA VISITA:

- Durada: 1 hora
- Núm. Alumnes per sessió: 1 grup-classe
- Dia/es de realització i horari: a concretar.
- Lloc de realització: Club Tennis Castellar (Carrer Sant Feliu, s/n, al costat del Pavelló Dani Pedrosa) o al centre educatiu
- Cost: 1€ per alumne
- Observacions: cal anar amb roba esportiva per fer l'activitat
- Material Suport:

MÉS INFORMACIÓ:

Club Tennis Castellar, Agustí Antolino
619 98 98 78

agusti.antolino@gmail.com

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | | | | PRIMÀRIA | | | | ESO | | | | BATX. | | |
|----------------|----------|----|----|----|----------|----|----|----|-----|----|----|----|-------|----|----|
| | I3 | I4 | I5 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

TALLER D'ELABORACIÓ DE FORMATGES

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

Activitat on s'explicarà als alumnes com es fa el formatge i on sortiran conceptes com la transhumància, els estats de la matèria (estat líquid i sòlid), els components de la llet (la proteïna, la grassa, la lactosa...)... adaptant-los a l'edat dels alumnes.

Al mateix temps es farà una demostració en directe de l'elaboració del formatge a partir de la llet d'ovella. Els nens/es podran veure com s'hi posa el quall, com es talla la quallada perquè surti el sèrum, com s'embolica amb draps de cotó i com són els motlles pel premsat final. Els alumnes podran col·laborar en l'elaboració del formatge. L'activitat acabarà amb un tast del formatge.

OBJECTIUS:

- Transmetre el fort lligam entre la producció alimentària, les persones que la fan possible (ramaders, pagesos, artesans...) i el territori.
- Apropar als alumnes als fenòmens culinaris des d'un punt de vista científic
- Despertar la curiositat per la cuina i pels processos d'elaboració dels aliments.

INFORMACIÓ DE LA VISITA:

- Durada: 1 hora
- Núm. Alumnes per sessió: 1 grup-classe
- Dia/es de realització i horari: a concretar.
- Lloc de realització: a l'aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions: es necessita un ordinador i un projector
- Material Suport:

MÉS INFORMACIÓ:

Carnisseria Casé, David Casé

93 747 36 05

david@case-alimentació.es

SEU BÉ!

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

La proposta passa per cinc intervencions:

-Activitat amb l'alumnat: xerrada informativa plantejada de forma interactiva que busca que l'alumnat arribi a les conclusions que planteja el programa i planteji les seves pròpies solucions. Es facilitarà una cançó, creada expressament per aquest projecte, que servirà per recordar la "norma d'or" de la higiene postural dins l'aula.

Durada: 30-45 minuts.

-Xerrada amb el professorat: per informar sobre temes de desenvolupament infantil relacionats amb la higiene de la postura dins l'aula com a hàbit saludable i sobre com treballar-ho a l'escola. Exposar les conseqüències d'una mala higiene postural.

Durada: 30-45 min.

- Xerrada amb les famílies: sessió informativa, formativa i de reflexió amb les famílies del grup classe on es porta a terme la proposta. Es parlarà de la higiene postural a l'escola i a casa (hora dels àpats, de fer els deures...)

Durada: 30-45 min.

- Valoració i avaluació del programa dins el grup-classe

- Propostes d'adaptacions del mobiliari de l'aula si és necessari.

OBJECTIUS:

- Evitar lesions de la columna (tipus escoliosis...) provocades per uns hàbits posturals poc saludables en períodes de creixement.

- Prendre consciència del propi cos.

- Facilitar que tots els alumnes puguin i sàpiguen seure correctament.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 30-45 minuts cada visita
- Nombre d'alumnes per sessió: 1 grup classe
- Dia/es de realització i horari: dimarts o dijous al matí
- Lloc de realització: aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions: Es necessita un reproductor de cd.
- Material de suport: Cd amb "LCMHM" fitxes d'avaluació.

INFORMACIÓ:

Sala Puigverd, Marta Prat

93 747 27 91

salapuigverd@hotmail.com

GIMCANA DE LES NEURONES

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

Per començar l'activitat es distribuirà als alumnes en 4 grups i s'explicarà el funcionament de la gimcana: seguir la roda, registrar els temps i anotar les conclusions de cada prova. Al llarg de la gimcana els nois i noies podran conèixer i entendre què implica tenir una malaltia neurològica que suposa una dificultat per a realitzar qualsevol activitat de la vida diària.

En acabar la gimcana es crearà un espai de reflexió sobre l'activitat i s'utilitzarà el suport de material audiovisual sobre la malaltia.

OBJECTIUS:

- Divulgar i conèixer les malalties neurològiques.
- Sensibilitzar a l'alumnat sobre la diversitat funcional.
- Conèixer com viuen la diversitat funcional algunes persones i com volen ser tractades.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 2 hores
- Nombre d'alumnes per sessió: un grup classe.
- Dia/es de realització i horari: a concretar
- Lloc de realització: al gimnàs o al pati del centre educatiu
- Cost: 10€ per grup/classe en concepte de material
- Observacions: es necessita un ordinador i un projector
- Material de suport: Material didàctic pels alumnes

INFORMACIÓ:

Avan, Associació Vallès Amics de la Neurologia, Lúdia Gil
93 788 20 80

lqjl@amicsdelaneurologia.org

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | PRIMÀRIA | ESO | BATX. |
|----------------|----------|-------------|-------------------|-------|
| | I3 I4 I5 | 1R 2N 3R 4T | 5È 6È 1R 2N 3R 4T | 1R 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

SUPORT CASTELLAR PROMOCIONA LA SALUT MENTAL

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

Es presenta l'entitat a través de dinàmiques que ajuden a introduir a l'aula el debat de la Salut Mental, les emocions, l'assetjament i la inclusió social. A través de diferents dinàmiques proposades a l'aula, i adaptades a les necessitats de cada centre, es treballa per fomentar l'educació emocional, la resolució de conflictes, l'autoestima i l'acceptació de la diversitat social, com a forma de prevenció del patiment psicològic, i promoció d'una bona salut mental.

OBJECTIUS:

- Donar a conèixer l'entitat.
- Normalitzar la visió de les malalties mentals.
- Fomentar l'acceptació de la diversitat social.
- Sensibilitzar de la importància de tenir cura de la salut mental en l'etapa escolar.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 1 hora
- Nombre d'alumnes per sessió: un grup classe.
Dia/es de realització i horari: tardes, de dilluns a divendres.
- Lloc de realització: a l'aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions: es necessita un ordinador i un projector
- Material de suport:

INFORMACIÓ:

Suport Castellar, Miriam Movilla
93 715 89 90
suportcastellar@hotmail.com

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|----------|----------|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|-------|----|----|
| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | PRIMÀRIA | | | | | | ESO | | | | BATX. | | |
| | I3 I4 | I5 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

VISITA AL MERCAT AMB TAST A L'AULA

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

Es fa una visita al mercat municipal parant especial atenció als productes d'algunes parades de fruites i verdures. Es fa la compra amb els alumnes de diferents fruites que posteriorment es tastaran a l'escola.

OBJECTIUS:

- Conèixer el mercat municipal
- Conèixer diferents productes alimentaris i provar-los
- Conèixer les seves propietats alimentàries
- Promoure l'alimentació i la nutrició des d'una vessant saludable

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 1 hora i mitja
- Nombre d'alumnes per sessió: 1 grup classe
- Dia/es de realització i horari: dimecres
- Dia i hora a convenir
- Lloc de realització: mercat municipal i aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions:
- Material de suport:

INFORMACIÓ:

Infància i adolescència, Mercè Costa
 93 714 40 40, ext 1305
infancia@castellarvalles.cat

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|----------|----|----|----------|----|----|----|-----|----|----|----|-------|----|----|----|
| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | | | PRIMÀRIA | | | | ESO | | | | BATX. | | | |
| | I3 | I4 | I5 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

PER QUÈ ENS VACUNEM?

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

En primer lloc, es passa una enquesta per saber els coneixements que tenen els alumnes sobre les vacunes. Es fa una xerrada informativa per aclarir conceptes. Després es vacuna als alumnes. Finalment, es fa una avaluació a través d'una segona enquesta.

OBJECTIUS:

- Incrementar els coneixements dels nens/es sobre què són i com actuen les vacunes
- Canviar actituds sobre les vacunes
- Garantir la vacunació de tota la població infantil.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: xerrada 30-45 min aprox.
- Nombre d'alumnes per sessió: un grup classe
- Dia/es de realització i horari: Durant el mes de març, a concretar
- Lloc de realització: a l'aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions:
- Material de suport: Es reparteix un conte sobre les vacunes a cada alumne.

INFORMACIÓ:

CAP Castellar
93 747 11 11

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | PRIMÀRIA | ESO | BATX. |
|----------------|----------|----------|-------------|-------------------|
| | I3 I4 I5 | 1R 2N | 3R 4T 5È 6È | 1R 2N 3R 4T 1R 2N |

| | |
|----------|----------|
| N | A |
| I | M |

SALUT A LES ESCOLES

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

Proposta del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya per promocionar un projecte de salut escolar a tota Catalunya;

(<https://www.fisioterapeutes.cat/ca/ciudadans/consells/salut-a-les-escoles>)

La sessió consta d'una part teòrica, en la que es presenta el material de suport i una part pràctica amb diferents propostes de jocs per a fer amb l'alumnat.

Es treballen els bons hàbits posturals basant-se en la darrera evidència científica, conceptes bàsics sobre pedagogia del dolor, prevenció de lesions i patologies...

Es fa èmfasi a la importància de l'activitat física i la reducció de la conducta sedentària; amb una presentació didàctica i il·lustrativa.

OBJECTIUS

- Pautes sobre bons hàbits posturals.
- La importància del exercici físic vs el sedentarisme.
- Conceptes bàsics sobre el dolor, la prevenció de lesions i patologies relacionades

INFORMACIÓ DE LA VISITA:

- Durada: 45-60'
 - Núm. Alumnes per sessió: màxim 30.
 - Dia/es i horari: A concretar amb l'escola i disponibilitat del fisioterapeuta; preferiblement de tarda.
 - Lloc de realització: a l'aula del centre educatiu
 - Cost: gratuït
- Observacions: Quan us contactin des de el Col·legi de fisioterapeutes podeu demanar que realitzi la sessió Anahí Castilla, fisioterapeuta a Castellar del Vallès.
- Material Suport: pantalla i ordinador amb entrada usb.

MÉS INFORMACIÓ:

<https://www.fisioterapeutes.cat/ca/ciudadans/consells/salut-a-les-escoles/escola>
anahi.fisioterapia@gmail.com

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | PRIMÀRIA | ESO | BATX. |
|----------------|----------------------|-------------------|-------|-------|
| | I3 I4 I5 1R 2N 3R 4T | 5È 6È 1R 2N 3R 4T | 1R 2N | |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

TALLER D'AUTOPROTECCIÓ BÀSIC

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Taller conduït per un/a professional de la salut especialitzat/da en primers auxilis i prevenció d'accidents.

Explicació teòrica i demostració pràctica per a treballar els continguts següents:

- Consells bàsics sobre perill i autoprotecció.
- PAS (Protegir, Avisar, Socórrer).
- Activar el Sistema d'Emergències. Trucades 112.

OBJECTIUS:

- Sensibilitzar als nens i nenes en temes d'autoprotecció.
- Dotar als participants d'eines i dels recursos necessaris per identificar una situació d'emergència i saber com actuar.
- Entendre i aplicar el concepte de prevenció.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 1 hora i mitja
- Núm. Alumnes: un grup classe
- Dia/es de realització i horari: a concretar, durant el 1r trimestre
- Lloc: aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions:
- Material Suport:

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | PRIMÀRIA | ESO | BATX. |
|----------------|----------|-------------------|-------------|-------|
| | 13 14 15 | 1R 2N 3R 4T 5È 6È | 1R 2N 3R 4T | 1R 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

M'AGRADO TAL COM SÓC

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

A través de la reflexió i la participació activa amb els nois i noies es parlarà de la importància d'agradar-se a si mateixos i de sentir-se a gust amb el seu cos. Els vídeos i els exercicis pràctics serviran per prendre consciència de malalties com l'anorèxia, la bulímia o el trastorn per afartament. Activitat impartida per membres de l'ACAB (Associació contra l'Anorèxia i la Bulímia de Catalunya)

OBJECTIUS:

- Prevenir els trastorns de la conducta alimentària.
- Despertar l'esperit crític davant d'una societat preocupada pel culte al cos.
- Donar estratègies de prevenció eficaces orientades a nois i noies, professors, educadors i famílies.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 2 hores
- Núm. Alumnes: 25 alumnes
- Dia/es de realització i horari: a concretar
- Lloc: a l'aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions:
 - Cal un ordinador, canó i altaveus. El centre educatiu decidirà si vol fer el taller a 1r o a 2n d'ESO
- Material Suport:

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala
 93 714 40 40, ext 1502
esala@castellarvalles.cat

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | PRIMÀRIA | ESO | BATX. |
|----------------|----------|-------------------|-------------|-------|
| | 13 14 15 | 1R 2N 3R 4T 5È 6È | 1R 2N 3R 4T | 1R 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

HAS VIST LA FOTO QUE CORRE?

Prevenió de les relacions abusives a les xarxes socials

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Taller participatiu per crear un espai educatiu d'intercanvi en grup i d'aprenentatge col·lectiu sobre temes com els drets i les responsabilitats a la xarxa, les manifestacions de violència de gènere dins de les xarxes socials, els mites i les falses creences associades a la violència de gènere entre joves... Les dinàmiques es reforçaran amb material audiovisual.

Activitat impartida per dues educadores de Candela per a la Investigació i Acció Comunitària.

OBJECTIUS:

- Sensibilitzar els i les joves vers les violències sexuals com a violències masclistes
- Fomentar la presa de consciència de les i els joves sobre les causes i conseqüències de les violències masclistes
- Promoure una vivència de les relacions interpersonals sana i satisfactòria, que situïn l'autoestima, el respecte i l'autonomia com a base de les relacions.
- Identificar el sexpredding i diferenciar-lo del sèxting per no confondre violència sexual amb sexualitat
- Donar eines i recursos per a prevenir les violències sexuals i en concret el sexpredding entre grups de joves

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 2 hores
- Núm. Alumnes: Un grup-classe
- Dia/es de realització i horari: a concretar
- Lloc: aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions: Cal un ordinador, canó i altaveus
- Material Suport:

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala
93 714 40 40, ext 1502

esala@castellarvalles.cat

TEATRE SOCIAL "NO EM RATLLIS!"

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

L'activitat de teatre "No em ratllis!" consta de dues parts diferents: una obra de teatre amb una duració aproximada de 50 minuts i una segona part on s'experimentarà sobre una escena conflictiva que permetrà interactuar amb el públic i que obrirà un debat posterior, de manera que els joves parlin de les situacions que es plantegen en l'obra.

Es tracta d'una activitat de teatre de la companyia Teatracció (teatre d'Intervenció Social: informació, prevenció, mediació, animació....) on es treballa la prevenció dels problemes relacionats amb el consum de drogues i altres conductes de risc, adreçada a joves i adolescents.

OBJECTIUS

- Fer prevenció en el consum de drogues.
- Promoure hàbits i comportaments saludables.
- Promoure activitats específiques en l'àmbit esportiu, cultural, etc., per potenciar la participació dels joves en aquests àmbits.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT

- Durada: 1h 45min (aprox.)
- Núm. Alumnes: segons aforament
- Dia/es de realització i horari: a concretar
- Lloc: Auditori Municipal Miquel Pont
- Cost: gratuït

Observacions: El centre educatiu decidirà si vol fer el taller a 3r o a 4t d'ESO

- Material Suport: hi ha material didàctic per als tutors/es i pels alumnes.

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala

93 714 40 40, ext 1502

esala@castellarvalles.cat

| ESCOLA BRESSOL | | | INFANTIL | | | | | PRIMÀRIA | | | | | ESO | | | BATX. | |
|----------------|----|----|----------|----|----|----|----|----------|----|----|----|----|-----|----|----|-------|--|
| | 13 | 14 | 15 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N | | |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

TEATRE SOCIAL "JA N'HI HA PROU!"

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

L'activitat de teatre "**Ja n'hi ha prou..!**" consta de dues parts diferents: una obra de teatre amb una duració aproximada de 50 minuts i una segona part on s'experimentarà sobre una escena conflictiva que permetrà interactuar amb el públic i que obrirà un debat posterior, de manera que els joves parlin dels conflictes i tensions que apareixen en les diferents situacions proposades.

És una activitat de teatre gestionada per tres actors on es treballa el tema de la violència en l'àmbit dels joves i adolescents (família, amics, escola); en ella es fa referència a alguns aspectes que tenen una urgència rellevant en l'actualitat (violència en la vida familiar i violència entre iguals, maltractaments per negligència, influència dels mitjans de comunicació en la percepció de la violència).

Es tracta d'una activitat de teatre de la companyia Teatracció (teatre d'Intervenció Social).

OBJECTIUS:

- Utilitzar una eina socioeducativa amb la qual els joves es puguin identificar perquè s'interroguin i puguin parlar sobre la violència a partir de les situacions representades. Amb aquest projecte es pretén complementar i estimular les accions i els programes existents a Catalunya que treballen la prevenció de la violència en l'àmbit escolar.

-Incentivar el debat convidant al públic a reflexionar sobre les diferents situacions que es plantegen a partir de l'obra.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 1h 45min (aprox.)
- Núm. Alumnes: segons aforament
- Dia/es de realització i horari: a concretar

- Lloc: Auditori Municipal Miquel Pont
- Cost: gratuït
- Observacions:
- Material Suport: hi ha material didàctic per als tutors/es

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala

93 714 40 40, ext 1502

esala@castellarvalles.cat

| ESCOLA BRESSOL | | | INFANTIL | | | | | PRIMÀRIA | | | | | ESO | | | BATX. | |
|----------------|----|----|----------|----|----|----|----|----------|----|----|----|----|-----|----|----|-------|--|
| | I3 | I4 | I5 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N | | |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

TALLER PREVENCIÓ CONSUM DE DROGUES "CONEIXEM L'ALCOHOL I EL TABAC?"

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

-Taller preventiu de tres sessions d'una hora de durada on es treballa l'actitud davant les drogues així com també la recerca d'informació, presa de decisions personals, sensibilització i responsabilitat, ús i abús de l'alcohol i el tabac.

-1a sessió: l'agent de salut treballa amb els alumnes de 2n d'ESO la prevenció dels problemes relacionats amb el consum de l'alcohol, el tabac i altres conductes de risc,. Adreçat a joves i adolescents, de forma interactiva i divertida (activitats de confrontació, dinàmiques de grup i rol - playings..)

-2a sessió: l'agent de salut treballa amb els tutors/es de 2n d'ESO per donar-los eines i pautes de treball perquè puguin realitzar una tutoria amb els seus alumnes i on es treballarà l'actitud davant de l'actitud consumidora ja no des del punt de vista de les drogodependències sinó sobre la recerca d'informació, presa de decisions personals i la responsabilitat de l'hàbit consumista.

-3a sessió: els tutors/es de 2n d'ESO porten a terme la dinàmica que l'agent de salut els ha pautat i en treuen unes conclusions.

OBJECTIUS

- Potenciar l'educació en la salut.
- Promoure hàbits i actituds saludables.
- Afavorir l'afectivitat, l'autoacceptació i l'autoestima.
- Conèixer les conseqüències de l'ús i l'abús de l'alcohol amb: assertivitat, actitud crítica, autoconeixement, autoestima.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 2 sessions d'1 hora
 - Núm. Alumnes: 25 alumnes
 - Dia/es de realització i horari: a concretar, durant el 2n trimestre
 - Lloc: a l'aula del centre educatiu
 - Cost: gratuït
 - Observacions: Cal un ordinador, projector i altaveus.
- Material Suport:

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala
93 714 40 40, ext 1502
esala@castellarvalles.cat

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|----------|----------|----|----|----|----|----|-----|----|----|-------|----|----|----|
| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | PRIMÀRIA | | | | | | ESO | | | BATX. | | | |
| I3 | I4 | I5 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

TALLER DE DROGUES “QUÈ FEM QUAN ANEM DE FESTA?”

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

La sessió es realitza per personal especialitzat en joves i en drogues i es treballa de forma activa i interactiva fent participar al jove de totes les inquietuds que es pot trobar a la vida real des de tots els àmbits que es mou. El jove s'hi sent implicat i hi participa activament de la situació que es planteja.

L'especialista planteja situacions simulades però molt reals, situacions problemàtiques, d'alt risc a través de les quals el jove poc a poc va entenent el sentit de la sessió i es va desinivint arribant a explicar la seva pròpia experiència.

Al final de la sessió es recorda que hi ha un programa de salut d'atenció al jove: el SEX & SENY el qual vetlla per la seva formació i informació en temes de salut que l'afecten com persona.

OBJECTIUS

- Potenciar la sensibilització i la prevenció en el consum de drogues, aclarir els mites i tabús que envolten i que genera el tema.
- Promoure la prevenció de la drogodependència i/o l'adquisició d'hàbits poc saludables , sobretot des del temps de lleure del jove.
- Promoure activitats específiques en l'àmbit esportiu, cultural, etc., per potenciar la participació dels joves en aquests àmbits amb l'objectiu de promoure hàbits i comportaments saludables
- Resoldre situacions relacionades amb drogues des de la seva quotidianitat.
- Potenciar i reforçar l'abstinència.
- Saber-se implicar positivament en la salut i la problemàtica de persones pròximes
- Ajudar a corregir maneres d'ús destructiu i facilitar l'accés a espais de suport

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 2 sessions d'1 hora
- Núm. Alumnes: 25 alumnes
- Dia/es de realització i horari: a concretar
- Lloc: a l'aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions:
- Material Suport:

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala

93 714 40 40, ext 1502

esala@castellarvalles.cat

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | | | | | PRIMÀRIA | | | | | ESO | | BATX. | | |
|----------------|----------|----|----|----|----|----------|----|----|----|----|-----|----|-------|----|----|
| | 13 | 14 | 15 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

TU POTS DECIDIR... SOBRE SEXUALITAT

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Abans de començar el taller el tutor passa un full en blanc (dinàmica: "VULL SABER...") on el jove expressa per escrit i de forma anònima els dubtes i qüestions personals sobre temes d'afectivitat i sexualitat i les perspectives del taller.

Es fan dues sessions:

-1^a: Presentació dels diferents mètodes anticonceptius que existeixen al mercat. El preservatiu, dinàmica del gegants encantats. Explicació dels dubtes sobre sexualitat que s'han recollit de cada grup ("VULL SABER...") i descobriment del recurs per a joves del SEX & SENY al CAP.

-2^a: Passi d'un o dos vídeos explicatius sobre el risc de tenir relacions sexuals sense mètodes de prevenció. Video-Fòrum.

OBJECTIUS

- Potenciar l'educació en la salut.
- Afavorir l'afectivitat, l'autoacceptació i autoconeixement de la sexualitat.
- Prevenir embarassos no desitjats
- Prevenir les malalties de transmissió sexual. SIDA
- Promoure conductes responsables davant les relacions amb l'altre.
- Promoure l'ús del preservatiu per evitar situacions de risc
- Sensibilitzar sobre la diversitat en les relacions afectives

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 1 sessió de 2 hores
- Núm. Alumnes: 25 alumnes
- Dia/es i horari: segons disponibilitat del l'agent de salut, prioritàriament els dimarts de 8 a 10h La sessió va enfocada perquè es realitzi dins el primer trimestre, aprofitant la celebració de l'1 de desembre Dia Internacional de la Sida, o de vegades el professor/a de Ciències Naturals proposa el temps més adequat, per tal de coincidir amb el tema més escaient.

- Lloc: a l'aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions: Cal un ordinador, projector i altaveus. El centre educatiu decidirà si vol fer el taller a 3r o a 4t d'ESO
- Material Suport:

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala

93 714 40 40, ext 1502

esala@castellarvalles.cat

TALLER D'AFECTIVITAT I SEXUALITAT: ÉS DIVERTIT, PERÒ NO ÉS UN JOC

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

Abans de realitzar la primera de les tres sessions del taller el tutor passa un full en blanc a cada alumne, dinàmica "VULL SABER...", on el jove expressa per escrit i de forma anònima els dubtes i qüestions personals sobre temes d'afectivitat i sexualitat i les perspectives del taller.

- 1a) Sessió d'introducció a la sexualitat: mites i tabús.
- 2a) Sessió de projecció, comentari i debat d'un vídeo orientatiu sobre els canvis en l'adolescència.
- 3a) Sessió d'explicació dels dubtes sobre sexualitat que s'han recollit de cada grup i descobriment del recurs per a joves del SEX& SENY en El PUNT i al CAP.

OBJECTIUS:

- Parlar de sexualitat afavorint l'afectivitat i l'autoacceptació i desmitificant idees envers ella.
- Promoure el diàleg per resoldre conjuntament els dubtes que hagin sorgit.
- Introduir conceptes bàsics sobre els mètodes anticonceptius.
- Donar a conèixer els recursos sanitaris específics que tenen al seu abast així com l'espai de Consulta Jove que s'ofereix des del mateix IES i des del Punt.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 3 sessions d'una hora
- Nombre d'alumnes per sessió: 1 grup classe
- Dia/es de realització i horari: 3 dies a concretar
- Lloc de realització: aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions: Cal un ordinador, projector i altaveus
- Material de suport:

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala
93 714 40 40, ext 1502
esala@castellarvalles.cat

L'ARMARI PELS ABRICS (prevenció del bullying LGTBfòbic a l'adolescència)

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

El taller gira entorn la diversitat sexual i de gènere, la identitat sexual, el gènere, les opcions sexuals, la heteronormalitat, la homofòbia, la lesbofòbia i la transfòbia. Es treballen diverses estratègies col·lectives i xarxes de suport contra les discriminacions per motius d'identitat sexual i es promou una mirada positiva i apoderadora sobre el col·lectiu LGBTI amb l'objectiu de prevenir la discriminació i l'assetjament escolar LGTBIfòbic. La metodologia és participativa per crear un espai educatiu d'intercanvi i d'aprenentatge col·lectiu. Les activitats aniran a càrrec de dues educadores. S'utilitza el suport audiovisual com a reforç de les dinàmiques proposades per tal d'analitzar els referents actuals dels i de les joves.

OBJECTIUS:

- Aprendre a viure la diversitat com un valor positiu i enriquidor.
- Aclarir i aprofundir sobre els conceptes d'identitat sexual, gènere i opcions sexuals.
- Ampliar l'imaginari sobre formes d'autodefinició personal.
- Sensibilitzar sobre el bullying homofòbic, lesbofòbic i transfòbic que es dona a les escoles.
- Donar eines per combatre les discriminacions

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 2 hores
- Nombre d'alumnes per sessió: 1 grup classe
- Dia/es de realització i horari: a concretar
- Lloc de realització: aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions: Cal un ordinador, projector i altaveus
- Material de suport:

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala
93 714 40 40, ext 1502

esala@castellarvalles.cat

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | PRIMÀRIA | ESO | BATX. |
|----------------|-------------------|-------------|----------|-------|
| I3 I4 I5 | 1R 2N 3R 4T 5È 6È | 1R 2N 3R 4T | 2N 3R 4T | 1R 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

QUE NO T'AGAFI EL MASCLISME

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

S'utilitza la tècnica del taller com a metodologia participativa per crear un espai educatiu d'intercanvi i aprenentatge col·lectiu. Les activitats del taller aniran a càrrec de dues educadores. S'utilitza suport audiovisual com a reforç de les dinàmiques proposades per tal d'analitzar els referents actuals dels i de les joves. Els continguts que es treballaran són:

- Sistema sexe-gènere. Estereotips i rols de gènere
- Desigualtats de gènere i violències masclistes
- Manifestacions de les violències de gènere a les relacions (violència física, sexual, psicològica, verbal i per opció sexual).
- Eines i estratègies d'identificació de les relacions abusives i de com sortir-ne.

OBJECTIUS:

- Identificar les diferents manifestacions de la violència masclista que es donen a la nostra societat.
- Desemascarar formes de violència subtil no considerades com a tal.
- Aprendre una vivència de les relacions interpersonals sana i satisfactòria.
- Situar l'autoestima, el respecte i l'autonomia com a base de les relacions.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 2 hores
- Nombre d'alumnes per sessió: 1 grup classe
- Dia/es de realització i horari: a concretar
- Lloc de realització: aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions: Cal un ordinador, projector i altaveus
- Material de suport:

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala
 93 714 40 40, ext 1502
esala@castellarvalles.cat

| ESCOLA BRESSOL | INFANTIL | PRIMÀRIA | ESO | BATX. |
|----------------|-------------------|----------|----------|-------|
| I3 I4 I5 | 1R 2N 3R 4T 5È 6È | 1R | 2N 3R 4T | 1R 2N |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

DESMUNTANT EL MASCLISME

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

A través de dinàmiques participatives s'aborda el tema de les violències de gènere que ajudaran a l'alumnat a analitzar les seves vivències personals en clau de gènere. Es treballa el què són "les etiquetes" i de quina manera podem decidir nosaltres mateixos quin és el paper que volem jugar, pel que fa al sistema sexe-gènere.

Els continguts que es treballaran són: Rols de gènere, Sistema sexe-gènere, Desigualtats de gènere, Violències de gènere, Pressió de grup.

OBJECTIUS:

- Identificar rols i estereotips de gènere i les formes de reproducció dels mateixos.
- Entendre la dimensió estructural de les desigualtats de gènere.
- Fer un exercici col·lectiu de coresponsabilitat i buscar alternatives per no reproduir estereotips de gènere.
- Visibilitzar formes de discriminació cap a aquelles identitats, expressions de gènere o preferències sexuals no normatives.
- Situar l'autoestima, el respecte, l'empatia i l'autonomia com a base de les relacions.

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 2 hores
- Nombre d'alumnes per sessió: 1 grup classe
- Dia/es de realització i horari: a concretar
- Lloc de realització: aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions:
- Material de suport: Cal un ordinador, projector i altaveus

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala
 93 714 40 40, ext 1502
esala@castellarvalles.cat

| ESCOLA BRESSOL | | | INFANTIL | | | | | PRIMÀRIA | | | | | | ESO | | | | BATX. | |
|----------------|--|--|----------|----|----|----|----|----------|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|-------|--|
| | | | 13 | 14 | 15 | 1R | 2N | 3R | 4T | 5È | 6È | 1R | 2N | 3R | 4T | 1R | 2N | | |

| | |
|---|---|
| N | A |
| I | M |

TINC 500 AMICS. A CLASSE ENS CUIDEM

DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT:

La pressió de grup i les relacions de poder dins de l'aula són elements imprescindibles a aprendre a identificar i explicitar dins del grup.

Aquest és un taller per parlar de relacions entre iguals, comprendre la relació de les desigualtats i discriminacions socials amb el bullying

i el ciberbullying i generar col·lectivament eines grupals i individuals per prevenir i actuar davant situacions d'assetjament. A partir

de dinàmiques participatives treballarem la cohesió de grup, la resolució de conflictes, l'empatia, el valor a la diversitat i la comunicació.

CONTINGUTS:

- Conèixer el significat de l'assetjament i el ciberassetjament amb perspectiva de gènere
- Identificar diferents manifestacions d'assetjament i ciberassetjament
- Comprendre la relació entre les desigualtats i discriminacions socials, i l'assetjament i el ciberassetjament
- Reflexionar sobre la pressió de grup a l'adolescència
- Desenvolupar empatia cap a la resta de companys i companyes del grup i habilitats comunicatives i socials
- Crear eines grupals i individuals per prevenir i actuar davant situacions d'assetjament i ciberassetjament

OBJECTIUS:

-Reconèixer què és l'assetjament i el ciberassetjament escolar

-Aprendre habilitats comunicatives i relacionals

-Fomentar l'empatia i la cohesió de grup

- Conèixer recursos i eines per prevenir situacions d'assetjament i de ciberassetjament

INFORMACIÓ DE L'ACTIVITAT:

- Durada: 2 hores
- Nombre d'alumnes per sessió:
- Dia/es de realització i horari:
- Lloc de realització: aula del centre educatiu
- Cost: gratuït
- Observacions:
- Material de suport: Cal un ordinador, projector i altaveus

INFORMACIÓ:

Cicles de vida, Eva Sala

93 714 40 40, ext 1502

esala@castellarvalles.cat