



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació i
Formació professional
Institut La Pineda

PROJECTE ESPORTIU DE CENTRE

PROJECTE ESPORTIU DE CENTRE

INSTITUT LA PINEDA



Elaborat per	Direcció	04/2025
Modificat per	Direcció	
Revisat per	Coordinació d'extraescolars i departament d'educació física	04/2025
Aprovat per	Consell escolar	04/2025

	CONTROL DE CANVIS	DATA
	Primera versió	04/2025

Índex:

1. INTRODUCCIÓ.....	4
2. CONTEXT	4
3. OFERTA FORMATIVA DEL CENTRE	4
4. JUSTIFICACIÓ I OBJECTIUS.....	6
4.1 Competències bàsiques d'Educació física en el PES.....	7
5. PLA D'ACCIÓ	10
5.1. Funcionament de les classes d'Educació física.....	10
5.2. Sortides i activitats esportives del Centre.....	10
5.3. Activitats esportives extraescolars.	12
6. FUNCIONS DE LA COORDINACIÓ ESPORTIVA	14
7. FUNCIONS DELS DINAMITZADORS/ES	15
8. AVALUACIÓ I SEGUIMENT DEL PES.....	16

1. INTRODUCCIÓ

El present Projecte Esportiu pretén promoure l'activitat física i l'esport, no només des de la matèria d'Educació física, sinó també fora de l'horari lectiu i durant l'esbarjo, oferint a l'alumnat la possibilitat d'ampliar la pràctica esportiva i que puguin tenir una eina alternativa saludable d'ocupar una part del seu temps lliure.

Està associat al PEC (Projecte Educatiu de Centre) per així donar continuïtat a l'acció educativa i s'elabora partint de la pròpia realitat del centre.

2. CONTEXT

L'Institut La Pineda és un dels referents educatius de la ciutat de Badalona amb una tradició que es remunta a més de cent anys. L'any 1915 inicià la seva tasca docent com a Escola d'Arts i Oficis de la ciutat, posteriorment esdevingué l'Institut Badalona 1 quan es va canviar a l'edifici actual, per finalment convertir-se en La Pineda. Des del 2014, l'institut està catalogat com a centre de màxima complexitat en funció d'indicadors de context socioeconòmic desfavorit en l'entorn on es troba situat; i com a criteri es fan servir variables i condicionants familiars de l'alumnat de l'ESO.

3. OFERTA FORMATIVA DEL CENTRE

Actualment, l'oferta educativa del centre comprèn l'Educació Secundària Obligatòria (ESO) i estudis postobligatoris, com el Batxillerat, els Cicles Formatius de Grau Bàsic, Grau Mitjà i Grau Superior, i Programes de Formació i Inserció, així com d'altres Programes i serveis que el Departament d'Educació posa a l'abast de la ciutadania, com ara el Servei d'Assessorament i Reconeixement, les proves d'accés a cicles formatius i diverses mesures flexibilitzadores de l'FP.

- ESO

- L' oferta de Batxillerat:

Humanitats i Ciències Socials.

Ciències i Tecnologia.



- L'oferta de CFGB és la següent:

Informàtica d'Oficina

- L'oferta de CFGM és la següent:

Gestió administrativa

Instal·lacions elèctriques i automàtiques

Instal·lacions de telecomunicacions

Sistemes microinformàtics i xarxes

- L'oferta de CFGS és la següent:

Assistència a la direcció

Administració i finances

Sistemes electrònics i automatitzats

Sistemes de telecomunicació i informàtics

Administració de sistemes informàtics en xarxa

Desenvolupament d'aplicacions WEB

Energies Renovables

- L'oferta de Programes de Formació i Inserció:

Auxiliar de paleta i construcció

Auxiliar de muntatges d'instal·lacions elèctriques, d'aigua i gas

4. JUSTIFICACIÓ I OBJECTIUS.

L'activitat física esportiva reporta multitud de beneficis per a la salut. Des d'una millor fortalesa òssia fins a la prevenció de l'obesitat, passant per una millora de la condició física i cardiovascular, una adquisició de valors com l'autoestima, l'amistat, la cooperació, l'assoliment personal, la millora del rendiment acadèmic, etc.

D'altra banda, en un moment de gran diversitat cultural i complexitat social com l'actual, l'activitat física i l'esport té un gran potencial per a afavorir la cohesió social i la convivència intercultural a força de promoure espais oberts i lúdics de relació interpersonal. Aquest fet és realment important per a nosaltres, atès que en el centre conviuen alumnes de diferents països.

L'objectiu final de l'esport escolar és l'educació individual i de grup, més enllà dels resultats esportius. Per tant, donem molta importància a la participació, el treball en equip, la recreació i l'esforç, deixant en un segon pla els resultats o les marques de les competicions.

És per tot això que busquem aportar als alumnes diferents vivències, variades i motivadores i no reduir a la pràctica específica d'un esport concret. Així, tractem de potenciar aspectes com...

- Descobrir
- Triar
- Decidir
- Assumir diferents vessants: deportiva/competició - deportiva/diversió
- Relacionar-se amb actituds respectuoses.
- Reflexionar al voltant de guanyar/perdre. Trencar relació directa entre guanyar i èxit, així com entre perdre i fracàs.

Tractem de contribuir a generar hàbits de pràctica continuada d'activitat física, vinculada amb una escala de valors, actituds i normes.

Establim els següents objectius generals, que hauran de ser concretats segons les edats de l'alumnat.

- Incorporar a la vida diària l'hàbit de la pràctica d'activitat física.
- Augmentar les pròpies possibilitats de rendiment motor per mitjà de la millora de les capacitats, tant físiques com motrius, desenvolupant actituds d'autoexigència i superació personal.
- Reconèixer la pràctica regular d'esport i d'activitat física com una forma vàlida de millora de la salut.
- Participar i gaudir dels diferents esports i activitats físiques, valorant la participació per sobre de la competitivitat, per a poder triar lliurement en un futur les que més s'adeqüin a les preferències, necessitats i habilitats de cadascun.
- Practicar diferents activitats físiques i esportives, tant recreatives com en l'àmbit de la competició, mostrant capacitat d'esforç, solidaritat, responsabilitat, col·laboració i tolerància amb els companys/es, els adversaris o altres participants.
- Conèixer i practicar jocs i modalitats esportives, i aplicar els fonaments reglamentaris, tècnics i tàctics en situacions de joc, amb progressiva autonomia en la seva execució.
- Conèixer i acceptar les normes dels jocs i esports i respectar les decisions dels tècnics o àrbitres i personal de l'organització en els partits i competicions, així com també respectar el material, les instal·lacions i l'entorn.

Tots aquests objectius s'intenten aconseguir tant des de les classes d'Educació física, com des de les activitats i sortides esportives puntuals que es fan al centre, com des de les activitats esportives extraescolars (fora d'horari lectiu i a l'hora de pati), contemplades en aquest projecte i al PCEE.

4.1 Competències bàsiques d'Educació física en el PES

Competència 1. Aplicar un pla de treball de millora o manteniment de la condició física individual amb relació a la salut.

Donar un ampli ventall d'activitats que facilitin en cursos posteriors la capacitat de poder planificar i portar a la pràctica de manera adequada un programa de condició física i salut.

Competència 2. Valorar els efectes d'un estil de vida actiu a partir de la integració d'hàbits saludables en la pràctica d'activitat física.

Facilitar una pràctica física variada per a que cadascú pugui trobar la pràctica més adient a les seves preferències alhora que potenciï un hàbit saludable.

L'alumne haurà de ser capaç de conèixer i identificar quins hàbits milloren la seva qualitat de vida (higiene, alimentació, pràctica regular, descans,...) i quines són perjudicials (drogues, sedentarisme, obesitat,...).

Competència 3 Aplicar de manera eficaç les tècniques i tàctiques pròpies dels diferents esports.

Garantirem que s'han assolit les habilitats motrius bàsiques de primària per a desenvolupar les habilitats, tècniques i tàctiques d'un ventall d'esports variant.

Facilitarem diferents situacions de joc (senzilles i complexes) per a potenciar en cursos posteriors les situacions reals de competició tant en esports individuals, d'adversari com col·lectius.

Competència 4. Posar en pràctica els valors propis de l'esport en situació de competició.

Potenciarem i valorarem que en la pràctica esportiva (tant en situacions senzilles com complexes) es reforcin valors com : l'acceptació de la derrota i victòria, la cooperació, el respecte de l'adversari, l'esforç i la superació, la tolerància a les diferències tant de condició física com de gènere i ètnia.

Competència 6. Planificar i organitzar activitats en grup amb finalitat de lleure.

Aplicar les normes de seguretat i la col·laboració amb els companys en la realització d'activitats esportives senzilles, organitzades pel propis alumnes.

Introduir activitats que es fan a l'entorn per a que, en el seu temps de lleure, puguin tenir més recursos i coneixements de l'oferta físico-esportiva.



Competència 7. Utilitzar els recursos expressius del propi cos per a l'autoconeixement i per comunicar-se amb els altres.

Prendre consciència del propi cos, alhora que acceptem les diferències i limitacions de cadascú mitjançant recursos expressius, per tal de comunicar idees, sentiments i emocions.

Competència 8. Utilitzar activitats amb suport musical, com a mitjà de relació social i integració comunitària.

Presa de consciència del propi cos i autoconeixement a partir de la pràctica i coneixement de balls i danses, tant individuals com col·lectius, autòctons del propi territori. També s'utilitzaran balls d'altres indrets.



5. PLA D'ACCIÓ

5.1. Funcionament de les classes d'Educació física.

- Hàbits d'higiene:

Es treballen al llarg de tota l'etapa de l'ESO i a 1r Batxillerat, s'incideix especialment a primer i segon d'ESO on a banda de les explicacions i reflexions a l'aula es passa informació a través d'un dossier que l'alumnat haurà de treballar.

Es valora positivament a totes les sessions d'educació física que l'alumnat es canviï de roba en acabar la pràctica esportiva.

- Hàbits saludables i de nutrició:

Es treballen al llarg de tota l'etapa de l'ESO i a 1r Batxillerat, s'incideix especialment a primer i segon d'ESO on a banda de les explicacions i reflexions a l'aula es passa informació a través d'un dossier que l'alumnat haurà de treballar.

- Hàbits d'activitat física i esportiva:

Es treballen al llarg de tota l'etapa de l'ESO i a 1r Batxillerat, s'incideix especialment a tercer i quart d'ESO i a 1r Batxillerat on a banda de les explicacions i reflexions a l'aula es passa informació a través d'un dossier que l'alumnat haurà de treballar.

5.2. Sortides i activitats esportives del Centre.

Jornada esportiva.

Cap al mes d'abril, coincidint amb el dia internacional de l'esport, el departament d'aquesta matèria organitza una Diada esportiva per a tot l'alumnat d'ESO i 1r de Batxillerat.

En aquesta jornada l'alumnat de primer de Batxillerat fa de monitors/dinamitzadors de les diferents activitats que es proposen.

En una de les hores l'alumnat de primer i segon d'ESO van a les pistes esportives i se'ls distribueix per les diferents estacions proposades (korfbol, mataconills, petanca,



ferradures, indiaca-volei, mocador, esgrima, sogatira,...). Cada cinc minuts, aproximadament, els grups canviaran d'estació, passant tots els grups per totes les estacions.

En una altra de les hores serà l'alumnat de tercer i quart d'ESO els qui aniran a les pistes a fer les diferents activitats proposades, algunes coincideixen amb les de primer i segon, d'altres són diferents, com el KO de bàsquet o el voleibol inclusiu (asseguts a terra).

Badajoc.

El grup de treball d'EF de Primària de Badalona realitza, per 9è any, un projecte inter-centres. Aquest projecte consisteix en fer jocs tradicionals i jocs cooperatius al Parc de Can Solei de Badalona.

Amb aquesta activitat es vol motivar a l'alumnat a conèixer diferents espais de Badalona, es treballa el contingut de jocs de l'àrea d'educació física i forma part d'un treball interdisciplinar (es treballen aspectes de coneixement del medi, matemàtiques i llengua).

Aquesta activitat està adreçada a l'alumnat de cicle mitjà de primària, concretament al curs de tercer de primària.

Tot el nostre alumnat de primer d'ESO (cada dia un grup) hi col·labora com a monitors distribuint-se per grups de dues o tres persones a cadascuna de les estacions, els diferents espais estaran supervisats per un mestre de primària.

Algunes de les diferents estacions són: bitlles catalanes, paracaigudes, esquís col·laboratius, petanca, tres en ratlla, xarranca, ...

Lliga col·legial.

Enguany serà el segon curs en que el nostre institut participarà en una competició a nivell provincial com és la Copa col·legial de bàsquet.

Es tracta d'una competició en format d'eliminatòries on l'equip guanyador avança fases i l'equip perdedor resta eliminat, no obstant els eliminats a la primera ronda tenen un partit de repesca. Hem valorat positivament la participació doncs el bàsquet que és un esport emblemàtic a la nostra ciutat, és molt poc practicat entre l'alumnat



del nostre centre. En la primera participació ha estat força enriquidor el poder jugar contra equips d'una altra ciutat i normalment més experimentats, podent defensar els colors del seu institut. Enguany els jugadors són de 2n, 3r i 4t d'ESO.

Sortides de tutoria relacionades amb l'activitat física.

El departament d'educació té planificada una sortida d'educació física per a cada nivell. Fa molts anys, l'equip directiu i el departament d'educació física varen valorar que aquestes sortides podrien incloure's en alguna de les sortides trimestrals doncs fomenten molt la interrelació de tot el grup classe.

Enguany estan planificades les següents:

- **Primer d'ESO:** sortida d'esgrima (club SAM de Barcelona) i tennis taula (federació catalana).

També es farà una sortida a Vallparadís, on es poden fer diferents activitats com tirolines, escalada en rocòdrom, bicicleta de muntanya,...

- **Segon d'ESO:** Històricament, la sortida és al Canal Olímpic, enguany per incompatibilitat de dates, es farà una sortida d'escalada i caminada al parc natural de Sant Llorenç del Munt.

També unes mini colònies de dos dies a esquiar a segon trimestre i una sortida aquàtica al tercer trimestre amb l'Escola del Vent.

- **Tercer d'ESO:** Una sortida al Bosc vertical de Mataró.

Una sortida aquàtica al tercer trimestre amb el Club Natació Badalona.

- **Quart d'ESO:** Una sortida a Collbató a fer escalada, orientació i espeleologia.

Una sortida a un rocòdrom.

-**Primer de Batxillerat:** Una sortida al Bosc Vertical.

Una sortida aquàtica al tercer trimestre amb el Club Nàutic Bètulo.

5.3. Activitats esportives extraescolars.

L'Institut La Pineda ofereix els seus alumnes una àmplia gama d'activitats extraescolars (esportives, acadèmiques i lúdiques).



Pel que fa a les activitats esportives, a l'inici de curs, l'alumnat tria aquell esport que li agradaria practicar fora d'horari lectiu i es contracten monitors del Consell esportiu amb la subvenció del PCEE de l'esport triat com a majoritari, que normalment, és el futbol. Es fa un grup de futbol per 1r i 2n ESO i altre grup per 3r i 4t ESO. Els alumnes entrenen a les pistes del centre i els dies de pluja al gimnàs de l'institut.

Participem a la lliga de La Rotllana a la categoria de futbol sala infantil mixta. El fet de competir contra altres instituts de Badalona fa més engrescadora la pràctica del futbol, genera vincle d'equip i pertinença al centre i aporta valors de respecte envers ells mateixos i els equips rivals.

Altra activitat és el tennis-taula, que es fa a l'hora de pati un dia a la setmana, la dirigeix un professor d'Educació física i es duu a terme al gimnàs.

Els patis es dinamitzen amb els dinamitzadors que han fet el curs CIATE:

- Un dia per una lliga de **futbol de 1r i 2n ESO**.
- Un dia per una lliga de **futbol de 3r i 4t ESO**.

Al futbol, surten equips de tots els grups de l'ESO, amb la qual cosa, la participació és fa per grup classe.

- Un dia per una lliga de **bàsquet** i altre de **voleibol**. Degut a que la demanda del bàsquet i el voleibol no és tan gran com la de futbol, la lliga de bàsquet es fa en format 3x3 i la de voleibol en equips de 3 jugadors/es, barrejant alumnes de diferents grups-classe.

La filosofia d'aquestes lligues de pati no només és promoure l'activitat física i la pràctica de l'esport, sinó també el respecte, l'amistat, la participació i el treball en equip. És per aquest motiu que, a les diferents lligues que duem a terme, no només es valoren els punts dels partits, sinó que també valorem el "Joc net", amb el que poden sumar punts.

Amb les diferents lligues i el tennis-taula, tots el patis estan coberts per a la pràctica esportiva.

6. FUNCIONS DE LA COORDINACIÓ ESPORTIVA

La persona encarregada de dur a terme la coordinació del projecte esportiu, vinculat al PEC i al PCEE, serà la Coordinadora d'Extraescolars, que farà el seguiment i avaluació de les mesures educativo-esportives desenvolupades en el centre, i vetllarà pel compliment dels objectius del projecte. Sempre amb el vistiplau de la Direcció i l'aprovació del Consell escolar, informant del projecte al Claustre.

En finalitzar el curs escolar, s'elaborarà una memòria/informe que contempli la consecució dels objectius i el grau de satisfacció de totes les persones participants, mitjançant enquestes i la valoració de les mateixes. S'intentaran aplicar les propostes de millora que puguin sorgir i s'actualitzarà el que sigui necessari.

Les tasques i funcions a desenvolupar pel coordinador/a són les següents:

- Dirigir i supervisar els aspectes educatius del projecte
- Coordinació amb els dinamitzadors/es i/o monitors/es del desenvolupament de les activitats i competicions.
- Formalització i inscripció, si s'escau, dels equips i esportistes individuals en competicions externes.
- Elaborar i distribuir, conjuntament amb els dinamitzadors/es, l'oferta d'activitats
- Supervisió de l'ús dels materials i de les instal·lacions.
- Gestionar les incidències i observacions.
- Coordinar la compra de material esportiu.
- Dinamitzar la cartellera on hi ha les activitats, els equips, els quadres de competició i els resultats.
- Seguiment i control d'assistència dels alumnes participants.
- Elaborar l'informe memòria del PCEE, que a la vegada servirà per ser inclosa en la memòria anual del centre.
- Coordinar l'actualització de l'Associació esportiva de Centre.



7. FUNCIONS DELS DINAMITZADORS/ES

Els dinamitzadors/es són alumnes que han fet el curs CIATE i les seves funcions són les següents:

- Dirigir els partits de les competicions a l'hora de pati, vetllant per la consecució del "joc net".
- Tenir cura del material i vetllar per l'adequada utilització de les instal·lacions.
- Hauran de comunicar al coordinador/a qualsevol pèrdua o deteriorament que es produeixi en la pràctica de les activitats.
- Promoure les activitats esportives i motivar a l'alumnat per a la participació; contribuint, així, a l'elaboració de l'oferta d'activitats arrel l'observació dels gustos de l'alumnat.
- Actualitzar la cartellera amb els resultats i dissenyar els calendaris de les diferents competicions.



8. AVALUACIÓ I SEGUIMENT DEL PES

El correcte funcionament del PES és un exercici que es realitza tant durant la seva aplicació com en acabar el curs. Així es verifica si los objectius s'assoleixen o no, i s'introdueixen accions correctives en cas necessari.

El seguiment del projecte es realitza amb reunions periòdiques entre la persona coordinadora, els dinamitzadors/és i/o monitors/és responsables de la seva implementació. Aquestes reunions tenen com a objectiu analitzar l'evolució de les activitats, fer el seguiment de la participació de l'alumnat i identificar possibles necessitats de recursos, materials o registres.

En finalitzar el curs, s'elabora una memòria anual que inclourà l'informe corresponent al Pla Català de l'Esport a l'Escola, a més d'una descripció detallada de les activitats.

La memòria contindrà, entre d'altres, els següents aspectes:

1. Aspectes quantitatius:

1.1. Participació:

- a. Nombre total de participants.
- b. Nombre d'alumnat per activitat.
- c. Activitats que han funcionat i que no han funcionat.
- d. Altes i baixes d'alumnat al llarg del curs, especificades per mesos.
- e. Assistència.

1.2. Dinamitzadors/es i/o monitors/es

- a. Nombre total, i per sexe.
- b. Nivell de formació, d'implicació, motivació de l'alumnat,...
- c. Assistència.

2. Nivell d'assoliment dels objectius

2.1. Concretar el nivell de consecució dels objectius en cadascuna de les activitats i grup.



3. Valoració del funcionament de les activitats.

3.1. Descripció general del funcionament dels horaris, calendaris,...

3.2. Valoració del funcionament i coordinació entre els diferents responsables de les activitats.

3.3. Valoració dels espais, recursos materials, recursos humans,...

3.4. Conèixer el grau de satisfacció de l'alumnat participant.

4. Conclusions i propostes de millora.

4.1. Valoració general de les activitats.

4.2. Concretar propostes de millora per al curs següent.