

ESCOLA DE BALL 2021-2022



OBJECTIUS GENERALS



- ▶ Conèixer i aprendre diferents disciplines de ball.
- ▶ Millorar la coordinació, l'equilibri i la flexibilitat.
- ▶ Treballar cardiovascular i de condició física integral.
- ▶ Estimular la memòria i la creativitat.
- ▶ Treballar desequilibris posturals.
- ▶ Aprendre valors de convivència, respecte, i treball en equip.
- ▶ Afavorir l'estat emocional.
- ▶ Crear un ambient agradable, de diversió i aprenentatge.

EQUIP TÈCNIC:

Format per monitors d'esports titulats i registrats en el ROPEC. Supervisats per un equip de llicenciats en Ciències de l'activitat física i esport.

HORARI CLASSES



 <i>Complex Esportiu Municipal</i>		ESCOLA DE BALL			
HORA		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS
17.30	18.20	BALL CEM 9-13 ANYS	BALL CEM 5-8 ANYS	BALL CEM 9-13 ANYS	BALL CEM 5-8 ANYS

- ❖ El curs comença el 13 de setembre i finalitza el 22 de juliol.
- ❖ El **Ball CEM** és una activitat inclosa en l'**abonament infantil**. Aquest abonament és mensual, i es renova automàticament cada mes. L'abonament infantil permet l'accés a piscina tot l'any, i a l'activitat Ball CEM de setembre a juliol.
- ❖ Recordem que qualsevol canvi administratiu, incloses les baixes, s'han de comunicar abans del dia 25 del mes en curs.

CALENDARI

1r Trimestre

[illegible]

CALENDARI

2n Trimestre



SEGON TRIMESTRE

GENER								FEBRER								MARÇ								
dl	dm	dx	dj	dv	dss	dg		dl	dm	dx	dj	dv	dss	dg		dl	dm	dx	dj	dv	dss	dg		
					1	2		31	1	2	3	4	5	6			1	2	3	4	5	6		
3	4	5	6	7	8	9		7	8	9	10	11	12	13		7	8	9	10	11	12	13		
10	11	12	13	14	15	16		14	15	16	17	18	19	20		14	15	16	17	18	19	20		
17	18	19	20	21	22	23		21	22	23	24	25	26	27		21	22	23	24	25	26	27		
24	25	26	27	28	29	30		28								28	29	30	31					



CALENDARI

3r Trimestre

[illegible]

PROGRAMACIÓ



PRIMER TRIMESTRE: PERÍODE PREPARATORI ESPECÍFIC

OBJECTIUS:

- Preparació física i tècnica.
- Conèixer i practicar diferents modalitats de ball.
- Treballar per projectes integrant la tècnica, el treball físic i escènic.

CONTINGUTS:

- Jazz, hip hop, rítmica, street dance, funky, rock&roll, bollybood, teatre, Irlandès, circ, contemporani, modern, flamenc, country, swing, expressió corporal.

PROGRAMACIÓ



SEGON TRIMESTRE: PERÍODE PREPARATORI GENERAL

OBJECTIUS:

- Aprenendre els moviments bàsics dels diferents balls.
- Millorar la tècnica.
- Treballar la condició física



CONTINGUTS:

- Practicar modalitats apreses en el primer trimestre
- Preparar coreografies
- Dissenyar vestuari

PROGRAMACIÓ



TERCER TRIMESTRE: PERÍODE ESCENOGRÀFIC

OBJECTIUS:

- Mantenir i millorar la condició física.
- Consolidar els aprenentatges del curs.
- Treballar les diferents possibilitats escèniques de cada ball.
- Crear el vídeo final amb la temàtica "rodatge de cinema."

CONTINGUTS:

- Fer coreografies amb les diferents modalitats apreses.
- Definir vestuari, pentinats i maquillatge entre tots.
- Grabar vídeo final entre tots.

QUÈ CAL PORTAR A CLASSE?



- Roba esportiva còmode.
- Calçat esportiu.
- Aigua.
- Mascareta.
- I ganes d'aprendre i passar-s'ho bé!

ORGANITZACIÓ DE LA CLASSE

i normativa covid-19



- ▶ Es faran grups estables de màxim 20 nens/es que no es barrejaran amb altres grups.



- ▶ Es podran utilitzar els vestidors.
- ▶ Ens desinfectarem les mans abans d'entrar a classe.



- ▶ A la classe es mantindrà la distància de 1,5 metres.
- ▶ Cal portar mascareta per desplaçar-se pel CEM.
- ▶ El material utilitzat a classe es desinfectarà cada dia i no es compartirà amb altres grups.



- ▶ Per garantir un bon funcionament de les activitats, els acompanyants s'han d'esperar a fora de la instal·lació.

ATENCIÓ A LES FAMÍLIES



- ▶ Per qualsevol dubte podeu contactar amb el CEM per e-mail o telèfon, o si ho considereu imprescindible us atendrem en cita presencial.
- ▶ Per no interferir en el desenvolupament de les classes, només es podrà parlar amb els monitors amb cita prèvia.
- ▶ Qualsevol informació o canvi sobre l'activitat o normatives covid, ho comunicarem via correu electrònic. També estarà disponible a la pàgina web.
- ▶ El CEM Masquefa seguirà les indicacions del Departament de Salut si tenim cap incidència i informarà a les famílies seguint els protocols.



93 135 14 08



info@cemmasquefa.cat

ESCOLA DE BALL



Moltes gràcies per la
vostra col·laboració