

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS INSTITUT MUNTANER & APA

COACHING AIKIDO

A través de coaching (metodologia de gestió del canvi) l'alumne disposarà de les eines per poder gestionar les resistències i les creences limitants.

La fusió d'aquestes dues filosofies de vida conforma el coaching Aikido.

Objectius:

- Valors i coneixement a nivell físic.
- Coneixements i consciència del cos emocional.
- Aprendre a gestionar el dia dia en tots els aspectes de la vida.

Curs:

Novembre 2017 - Maig 2018.

Docents:

Tony Lopez: Professor d'Aikido.

Dia i hora:

Dimarts (16:00h - 17:30h)

Preu:

40€/mes. (Imprescindible ser soci de l'APA)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS INSTITUT MUNTANER & APA

L'ART DE CONVIURE AMB UN MATEIX

Només existeix el present, tot alló que succeix ara. El que em passa, em passa aquí, on em trobo ara.

Parlem de les emocions, quina és la meva emoció actual i sentiment que acompanya. A quina part del cos identifico l'emoció o sensació? Això ens ajuda a estar connectats al "present" i a viure amb menys patiment.

Les eines de comunicació emprades a les classes ens ajuden a ampliar la capacitat per establir relacions més significatives i satisfactòries tant en el terreny personal com professional.

Objectius:

- Competències socials.
- Competències emocionals.
- Competències professionals.
- Programa de creixement personal a través de dinàmiques de grup.
- Resolució de conflictes.

Curs:

Novembre 2017 - Maig 2018.

Docents:

Dari Muñoz: Dinamitzador de grups de joves.

Dia i hora:

Divendres (16:00h - 17:30h)

Preu:

25€/mes. (Imprescindible ser soci de l'APA)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS INSTITUT MUNTANER & APA

INICIACIÓ A L'ASTRONOMIA I COSMOLOGIA

- **Iniciació a l'Astronomia 1er-2n ESO.**
 - Estrelles i mites: Constel·lacions, moviments al cel...
 - El sistema solar: Sol, lluna, planetes...
 - Objectes del cel: Nebuloses, galàxies...
 - Com observar el cel: Planisferes, mapes del cel...
 - Instruments d'observació: Prismàtics, telescopis...
- **Iniciació a l'Astronomia 3er-4rt ESO**
 - Estructures i objectes: Estrelles, nebuloses...
 - Les estrelles: Naixement, vida i mort.
 - Els instruments d'observació: Prismàtics, telescopis...
 - Tècniques d'observació: Astrofotografia, astroinformàtica...
- **Cosmologia 1er-2n Batillerat.**
 - El model geocèntric d'univers.
 - La revolució copernicana.
 - L'enigma de les nebuloses.
 - El descobriment de les galàxies.
 - L'expansió del univers.
 - L'origen de l'univers: El Big Bang, l'evolució de l'univers, el futur de l'univers.

Curs:

Novembre 2017 - Maig 2018.

Docents:

Professor Pere Horts.

Dia i hora:

1er-2n: Dimarts / **3er-4rt:** Dimecres / **1er-2n Batx.:** Dijous. / **Horari:** 19:00h-20:30h.

Preu:

25€/mes, total 3 mesos 75€ (Imprescindible ser soci de l'APA)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS INSTITUT MUNTANER & APA

PERCUSSIÓ

El curs de Percussió està adreçat a tots aquells alumnes, iniciats o no en el món de la música que estiguin interessats en descobrir les possibilitats rítmiques que ofereixen diverses regions del món.

Objectius:

- Nocions de llenguatge rítmic
- Consciència del cos.
- Reconeixement dels diferents instruments i pràctica de la tècnica.
- Ritmes llatins i africans.
- Ritmes moderns.
- Invenció i creació d'un repertori musical.
- Producció escènica.
- Primera actuació en públic: Festa final de curs.

Curs:

Novembre 2017 - Maig 2018.

Docents:

Xènia Gasull: Música, actriu i malabarista.

Dia i hora:

Dijous (15:30h - 17:00h)

Preu:

25€/mes. (Imprescindible ser soci de l'APA)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS INSTITUT MUNTANER & APA

TEATRE

És un espai on es permet la desinhibició personal i l'exploració i recerca emocional. El teatre crea obertura mental, ajuda a millorar les habilitats socials i augmenta l'autoestima. A part de que els alumnes es diverteixin els ajuda a créixer emocionalment.

Objectius:

- Divertint-se fent teatre.
- Domini de diferents llenguatges d'expressió.
- Sociabilització i treball en equip.
- Expressió emocional.
- Estimulació de la creativitat i el pensament divergent.
- Desenvolupar la capacitat de la memòria.

Curs:

Novembre 2017 - Maig 2018.

Docents:

A càrrec dels professors de l'Aula de Teatre Eduard Bartolí.

Dia i hora:

Dilluns (16:00h - 17:00h)

Preu:

10€/mes. (Imprescindible ser soci de l'APA)

**ACTIVITATS EXTRAESCOLARS DE L'APA
I L'INSTITUT RAMON MUNTANER**



NOM I COGNOMS

CURS/GRUP

TELÈFON FAMÍLIA

TEATRE

Novembre 2017 a maig 2018

Tots els cursos: **Dilluns** de 16:00h-17:00h

A càrrec dels professors de l'Aula de Teatre Eduard Bartolí.

Preu: 10€/mes (imprescindible ser soci de l'APA)

PERCUSSIÓ

Novembre 2017 a maig 2018

Tots els cursos: **Dijous** de 15:30h-17:00h

A càrrec de Xènia Gasull, percussionista. (Instruments inclosos en l'activitat).

Preu: 25€/mes (imprescindible ser soci de l'APA)

COACHING AIKIDO

Novembre 2017 a maig 2018

Tots els cursos: **Dimarts** de 16:00h-17:00h

A càrrec de Tony Lopez.

Preu: 40€/mes (imprescindible ser soci de l'APA)

L'ART DE CONVIURE AMB UN MATEIX

Novembre 2017 a maig 2018

Tots els cursos: **Divendres** de 16:00h-17:00h

A càrrec de Dari Muñoz: Dinamitzadora de grups de joves.

Preu: 25€/mes (imprescindible ser soci de l'APA)

ASTRONOMIA

Gener 2017 a març 2018

1r i 2n ESO: Dimarts de 19:00h-20:30h (inici 9 de gener)

3r i 4t ESO: Dimecres de 19:00h-20:30h (inici 10 de gener)

1r i 2n BAT: Dijous de 19:00h-20:30h (inici 11 de gener)

A càrrec de Pere Horts: President de la Societat Astronòmica de Figueres. (L'activitat porta inclosos els telescopis)

Preu: 25€/mes (imprescindible ser soci de l'APA)

Total 3 mesos: **75€**

Amb la inscripció en aquest curs va inclosa la subscripció de l'any en curs a la Societat Astronòmica de Figueres, que organitza conferències, xerrades i observacions en diferents llocs de la comarca.

PAGAMENT: - Directe a partir del compte bancari.

OBSERVACIONS: - Per poder participar en aquestes activitats, cal portar aquesta butlleta degudament omplerta i lliurar-la a secretaria, a l'hora del pati, abans del dimecres 25 d'octubre.

- Cal un mínim de 6-8 estudiants per grup. En cas de no cobrir les places el grup quedaria anul·lat.

.....pare / mare / tutor de l'alumne/a
.....autoritzo al meu fill/a a participar
en les activitats extraescolars organitzades per l'APA i l'institut Ramon Muntaner

.....
Signatura de l'alumne/a

.....
Signatura del pare / mare / tutor