

COL·LEGI NTRA. SRA. DEL CARME  
- Llagostera -

AIXI

TREBALLEM!



Revista escolar - 1r trimestre - Curs 99/00

---

# MEDITACIONS D'UN MESTRE

---

El blat ja és daurat ...  
El cor del pagès  
esclata d'alegria,  
gaudeix ... ha treballat  
dia rere dia ... i ...  
l'abundància del fruit  
generosament el premia.

Angèliques carones  
amb bronzejat saludable,  
tornen a omplir els patis  
de colors perfumats,  
les aules bullen ... canten ...  
Setembre és arribat!

Davant formós planter  
el savi educador  
s'extasia somiant ...  
quina bona llavor,  
tindrà al meu esguard!

... Com batega el seu cor  
mentre se'ls va mirant!

Tres mesos conreant  
aquests tendres plançons  
que ufanosos els veu ...  
curs esperançador!

El bon mestre rumia ...  
enigmàtic 2000,  
un motllo estic fabricant ...  
sols pot estimar el nen,  
si ell, es sent estimat.

Aquesta és la meva tasca  
el cor no es pot trair.

Obriré un gran horitzó  
on els nens puguin escriure  
AMOR, TOLERÀNCIA, PAU ...  
Preciós llegat  
de nostra Santa Mare,  
Maria Gay i Tibau.



Als meus amics, els  
mestres, i als nens del  
Col·legi Ntra. Sra. del  
Carme.  
Una forta abraçada a  
tots,

Germana Lucila

---

## ES COMENÇA DE 0 I S'ESTRENA EL 2

---



arbre.

Els nombres tenen la seva màgia i el temps té la seva gràcia. En començar l'any 2000 ens assembla tot tan nou i tan gran! Sentim molta il·lusió i com una certa por. És com si ens regalessin una bonica caixa de sorpreses, però molt gran. Per això ens sentim com a nens davant del 2000.

Aquest any que ens disposem a començar té ja una llarga història, mil·lenària. Sense voler, hem de mirar al passat, i ens dóna vertigen veure les llums i les tenebres. Som hereus d'aquesta història, tant a nivell familiar, com cultural i social, com religiós. Aquest any és fruit d'un grandíol

Avui nosaltres hem d'assumir la nostra herència, tant per agrair com per demanar perdó. Tot el que tenim i el que som, diguem millor quasi tot, ho hem rebut.

L'any apareix també com quelcom molt nou. Es comença de 0 i s'estrena el 2. És com si haguéssim de començar la tasca, com si tot estigués per fer. És un repte per començar una altra història, i un compromís: "No mireu ja el passat, mireu que tot ho faig nou" (cf. Is 43, 18-19).

La història del 2000 ha de ser molt més bella, més humana i més divina. Ha d'anar obrint camins pels deserts de la violència, de la injustícia i la insolidarietat, perquè floreixi una verdadera convivència entre els homes i els pobles. I Déu habitarà enmig del poble unit.

"Que ningú, en aquest any jubilar, no vulgui excloure's de l'abraçada del Pare! Que l'alegria del perdó sigui més gran i profunda que qualsevol ressentiment".  
(Joan Pau II)

Que en el nou segle es vagin guarint les ferides, il·luminant les cegueses i superant els obstacles per arribar als termes desitjats.



*Gna Sacri Hueso*  
Directora



---

## LA VEU DE L'APA

---

El dia 24 de setembre, a l'Assemblea de l'Associació de Pares va haver-hi canvis a la junta: el Sr. Joan Turon i el Sr. Enric Vilalta van deixar els seus càrrecs. Volem agrair-los tots els anys que han estat a l'Associació i el treball fet.

Ja tenim un nou curs començat. El temps passa de pressa i l'hem d'aprofitar.

Un any més es publica la revista escolar **AIXÍ TREBALLEM!**, amb la participació dels nostres fills. És una activitat més que el centre ha preparat per despertar el vostre interès en la publicació d'una cosa de tots nosaltres: pares i alumnes. Llegim amb il·lusió aquestes planes que s'han recopilat en un treball feixuc, però ple d'entusiasme, i també serveixi per animar a tots aquells que amb la seva generositat l'han fet possible. L'APA recolza aquesta publicació i amb aquestes ratlles volem felicitar-vos.

Recordeu que aviat arribaran les festes de Nadal. Aquestes dates són assenyalades i plenes d'encant, joia i il·lusió. Són dies que moltes famílies decideixen reunir-se per celebrar-ho i tot són felicitacions i regals. En la societat en què vivim, la publicitat impera en el que hem de comprar per menjar o regalar: turrons, cava, regals, perfums, joguines, etc. No ens hem d'enlluernar i carregar de joguines els nostres fills, perquè moltes vegades el joc més senzill és el que més s'utilitza. No deixem que només sigui el Nadal les diades en què tota la família està junta i s'ho passa bé. Hi ha molts altres dies durant l'any per estar tots junts i anar a llocs tots plegats. Mirem que el sentit del Nadal, no sigui només per Nadal.

Abans d'acabar, us voldríem recordar que, com sempre, a la nostra escola el dissabte dia 18 els més petits representaran els quadres plàstics nadalencs i el diumenge dia 19, el més grans ens faran uns nous pastorets.

És bo que participem en les activitats que fan els nostres fills.

Bon Nadal i millor Any Nou 2000 per a tots!

---

# EDUCACIÓN Y FAMILIA

---

Al abrir el periódico de hoy, 10 de noviembre, leí en grandes titulares: "Un alumno de quince años mata a puñaladas a su profesora". Como profesional de la educación me entristeció enormemente y mi espíritu voló hacia aquel pueblecito del norte que tan gratos y duraderos recuerdos dejó en mi mente y corazón.

Se trataba de una santa mujer que al ser llamada por el maestro de su hijo, porque no se comportaba bien, le coge de la mano, estampa en ella un beso agradecido y le responde por toda queja: "Gracias, don José, por ayudarme a educar a mi hijo. ¿Cómo haríamos las familias sin ustedes?". Se enjuagó las lágrimas con el delantal y tomó el escarpado sendero que la llevaría a su hogar, seguramente honrado hogar. El chico fue un modelo de joven.

La educación no es solamente tarea de la escuela, es el binomio familia-escuela. Son dos fuerzas que han de tirar en la misma dirección, de lo contrario se anulan, o lo que es peor, surten efectos perjudiciales.

Estimados padres de nuestros alumnos, no viváis al margen de la escuela de vuestros hijos; su maestro ha de ser otro amigo ... Es demasiado serio lo que traemos entre manos.

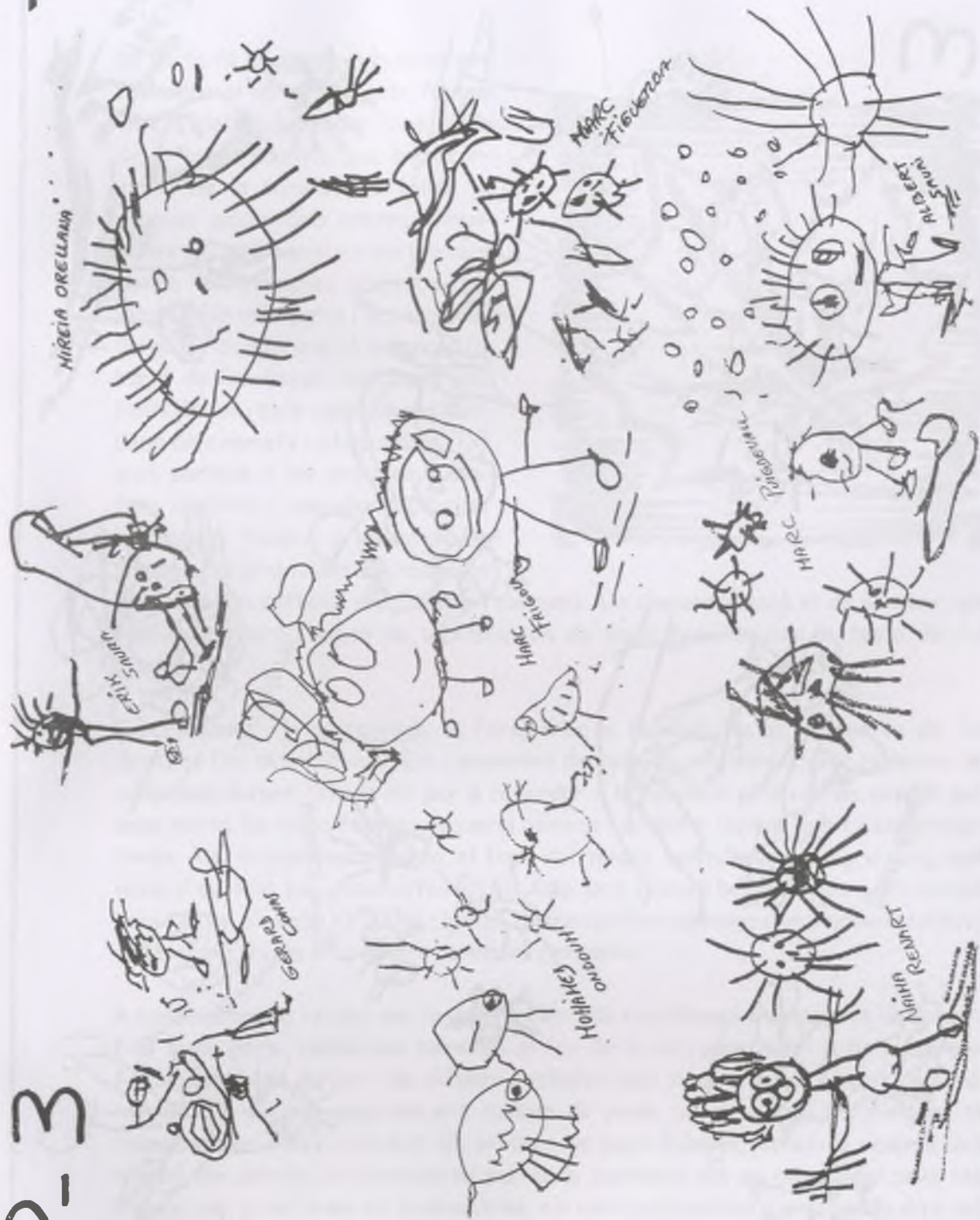
¿Se llegará en nuestras escuelas al "detector de metales" emulando a los americanos? ¡No lo permita Dios! Que podamos como al presente, continuar con el humilde "detector de chuches", característica fragancia, difícil de ocultar que nos hace repetir a los maestros: "Las golosinas para el recreo, que ya falta poco"; y todos contentos.

¿Qué nos deparará el año 2000? Una cosa es cierta: la sociedad será lo que sean las familias y la escuela. Somos los forjadores del hombre del nuevo milenio en el que urge entronizar a Dios.

*Gna. Hermenegilda S.*  
Titular del centre

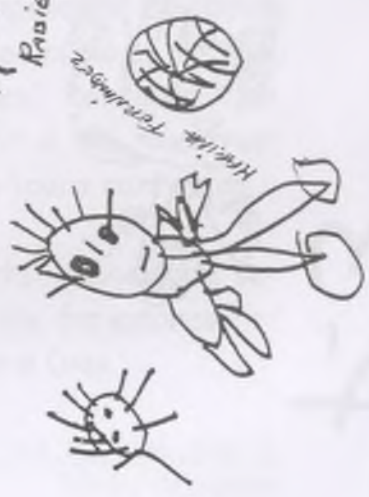
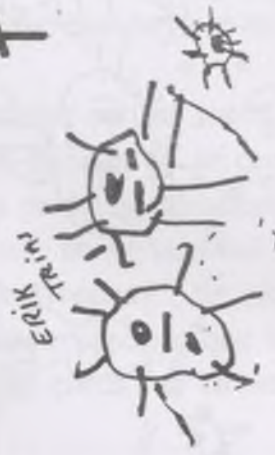


P-3



EDUCATION & FAMILY

P-3





---

# LA TRADICIÓ

---

La festa de la castanyada no es pot entendre si no es parla de l'època on es celebra: la tardor. L'arribada de la tardor suposa una transformació de la natura: les fulles ja grogues cauen dels arbres arrencades pel vent, arriben els primers freds, les primeres pluges ... els dies es fan més curts i les nits més llargues. S'uneix a això la intensificació de les feines del camp per l'inici del nou cicle agrícola i el descens dels ramats i els pastors. Tot això portava a les antigues societats agràries i ramaderes, durant la tardor i l'hivern, a tancar-se en sí mateixes propiciant les relacions



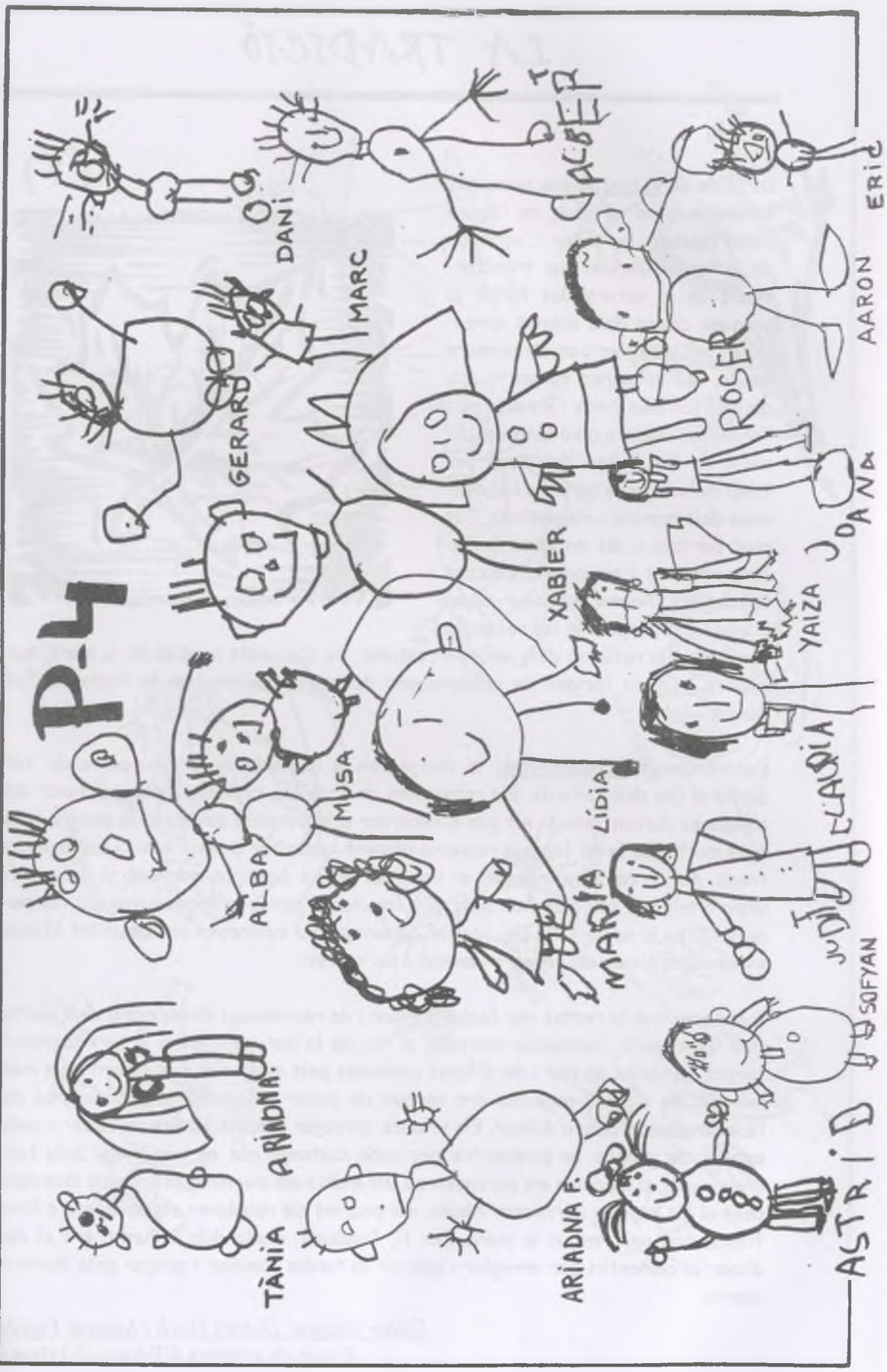
familiars i la reflexió dels valors i costums. Un d'aquests serà el de la mort, que explica en part l'origen de celebracions de tipus familiar com la festa de Tot Sants.

Concretament, la castanyada té l'origen en la llegenda de la nit que va de Tot Sants al Dia dels Difunts. Els campaners de tota les esglésies feien ressonar les campanes durant tota la nit per a recordar a la població el deure de pregar pels seus morts. La feina feixuga requeria aliment i escalfor davant la nit i els primers freds. Així la castanya calenta, el fruit del temps, acompanyada amb vi dolç, malvasia o mistela fou generalitzada. Els familiars i amics acompanyaven als campaners i ja en el segle XVIII el costum de menjar les castanyes en comunitat s'havia estès i apareixien els primers venedors pel carrer.

A casa nostra ha restat una festa familiar i de recolliment en memòria dels morts fins fa no gaire. Castanyes torrades al foc de la llar, panellets i vi bo i sobretot forces històries de por i de difunts contades pels més vells per espant dels més menuts. En algunes pagesies era costum de posar una castanya a cada graó de l'escala abans d'anar a dormir. Els infants, en pujar l'escala, havien de resar a cada esgraó, de genolls, un parenostre per cada castanya que es menjaven. Se'ls feia creure que, si no deien els parenostres, els morts els anirien a estirar els dits dels peus al llit mentre dormissin. Abans, els padrins els regalaven els panellets a llurs fillols, com per Pasqua la mona. Per fi, l'endemà, diada dels Difunts, era el dia d'anar al cementiri per arreglar i guarnir la tomba familiar i pregar pels darrers morts.

*Esther Blanco, Dolors Duch i Montse Figolé*  
Equip de mestres d'Educació Infantil





---

# LA NOSTRA CASTANYADA

---

El dia 27 d'octubre ens vàrem trobar tots els nens i nenes des de P3 fins a 6è al Parc de la Torre, molt contents i amb el dinar a la motxilla, per anar tots plegats al poble d'Arbúcies amb la intenció de passar un dia en contacte amb la natura i també amb ganes d'aprendre quelcom més. Feia molta patxoca veure tres autocars plens de nens i nenes que a un quart de deu del matí sortien direcció a Arbúcies. Que contents que estaven tots! Pel camí, vinga cantar les cançons pròpies de la tardor, o millor dit, de la castanyada com "La castanyera" o "Marrameu torra castanyes", entre d'altres.

Quan vàrem arribar al lloc, ja ens esperaven uns monitors, molt agradables, que ens varen acompanyar i, a la vegada, instruir, durant tot el dia. Començarem a caminar per anar a trobar els castanyers. El paisatge era molt bonic; les fulles, de colors ... i nosaltres vinga pujar un caminet que per als més petits va ser un camí feixuc. Però, de sobte, davant nostre es va presentar una esplanada plena de castanyers, fulles seques al terra, pedres per seure i reposar una mica ... Els monitors varen aprofitar aquesta situació per explicar-nos tots els aspectes referents als castanyers, la seva vida, els anys que tenien ... i també totes les característiques de les castanyes. Va ser una classe de natura molt ben aprofitada. Ah, sabeu qui ens va fer una vista mentre estudiàvem i contemplàvem les castanyes? Doncs, en "Marrameu", el gat de la cançó!



Acabada aquesta classe tan particular, vàrem tornar a agafar el camí del bosc que ara era de baixada i els monitors, tot caminant ens varen portar fins al museu que està situat al bell mig del poble. Vàrem gaudir molt de la visita ja que ens varen explicar la funció de les eines antigues de la pagesia, així com la geografia natural dels voltants: muntanyes, rius, ...

Després d'aprendre moltes coses, vàrem tornar a caminar una mica més i vorejant la riera i contemplat l'aigua i les pedres, ens vàrem trobar, altra vegada, amb tots els nens de l'escola, per dinar i, després, jugar. Passada una bona estona, els monitors ens repartiren castanyes cuites i calentones que varen ajudar a acabar de passar la tarda i agafar forces per anar a buscar els autocars i portar-nos cap a Llagostera.

*Esther Blanco, Dolors Duch i Montse Figolé*  
Equip de mestres d'Educació Infantil



P-5



Jesus

Christian Malagon

Mustafa

Aleix

Denise

Mohamed

Hadisita

Oscar

Oscar  
Fernandez

Francisco

Oscar (Mayorga)

Tonia  
Christian Jimenez

Daniel





Delosco visita los salicicola pines. Wides de los otros grupos.





## EL FLAUTISTA RODAMÓN

Aquest curs els nens de C. Inicial estem participant en un projecte Per internet. Com és? Doncs tot va començar quan vam rebre un carta:

Hola nenes i nens de Cicle Inicial del col.legi Ntra. Sra. Del Carme de Llagostera.

Sóc un Flautista que m'agrada caminar i visitar països propers i llunyans.

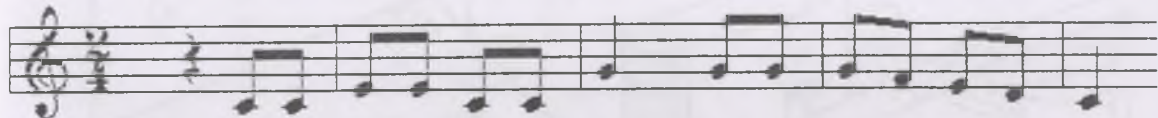
Després d'haver voltat per tots ells, ara m'agradaria visitar països imaginaris que vosaltres us inventeu..

Heu d'explicar com és el país, la seva gent, els seus costums el paisatge, els animals...

Com que jo soc músic m'agradaria que ho fessiu cantant.

Us envio la melodia i vosaltres us inventeu rodolins que expliquin tot això.

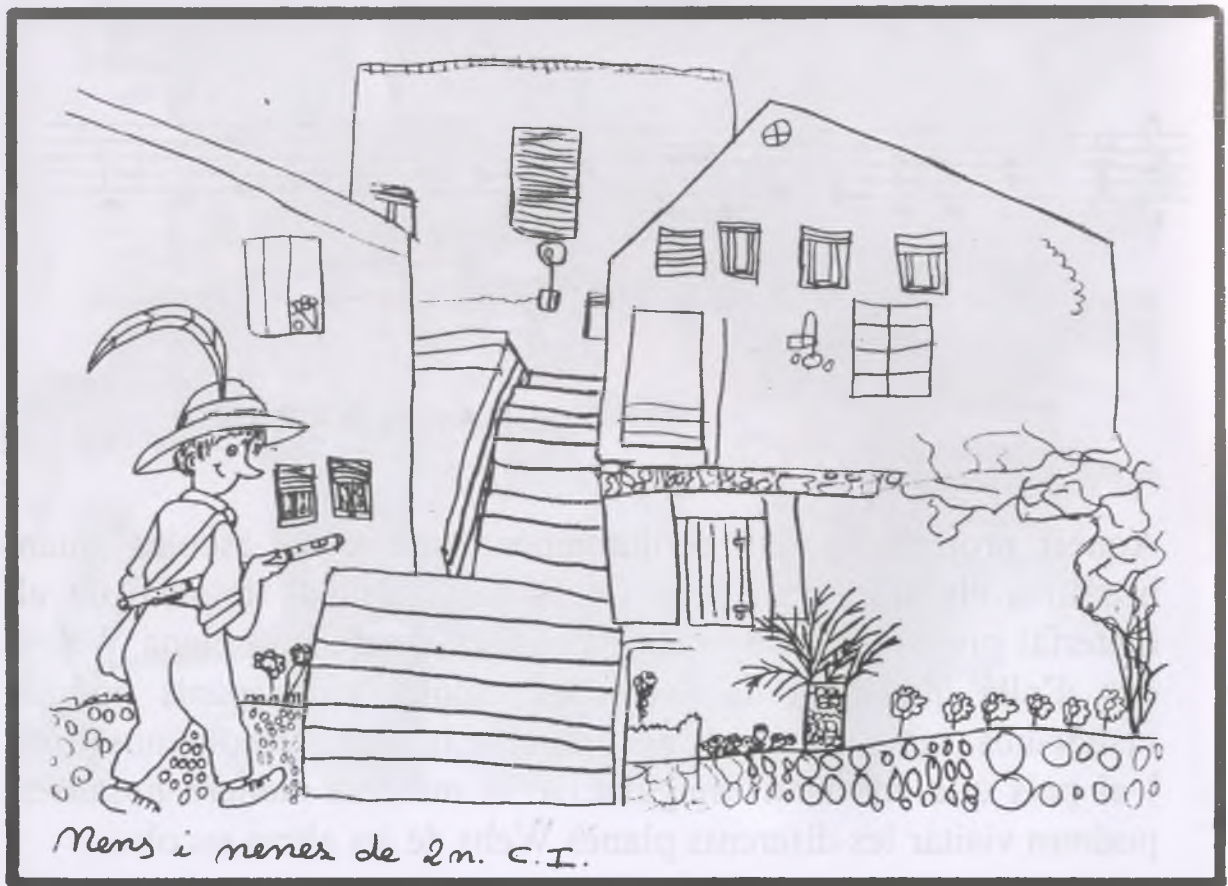
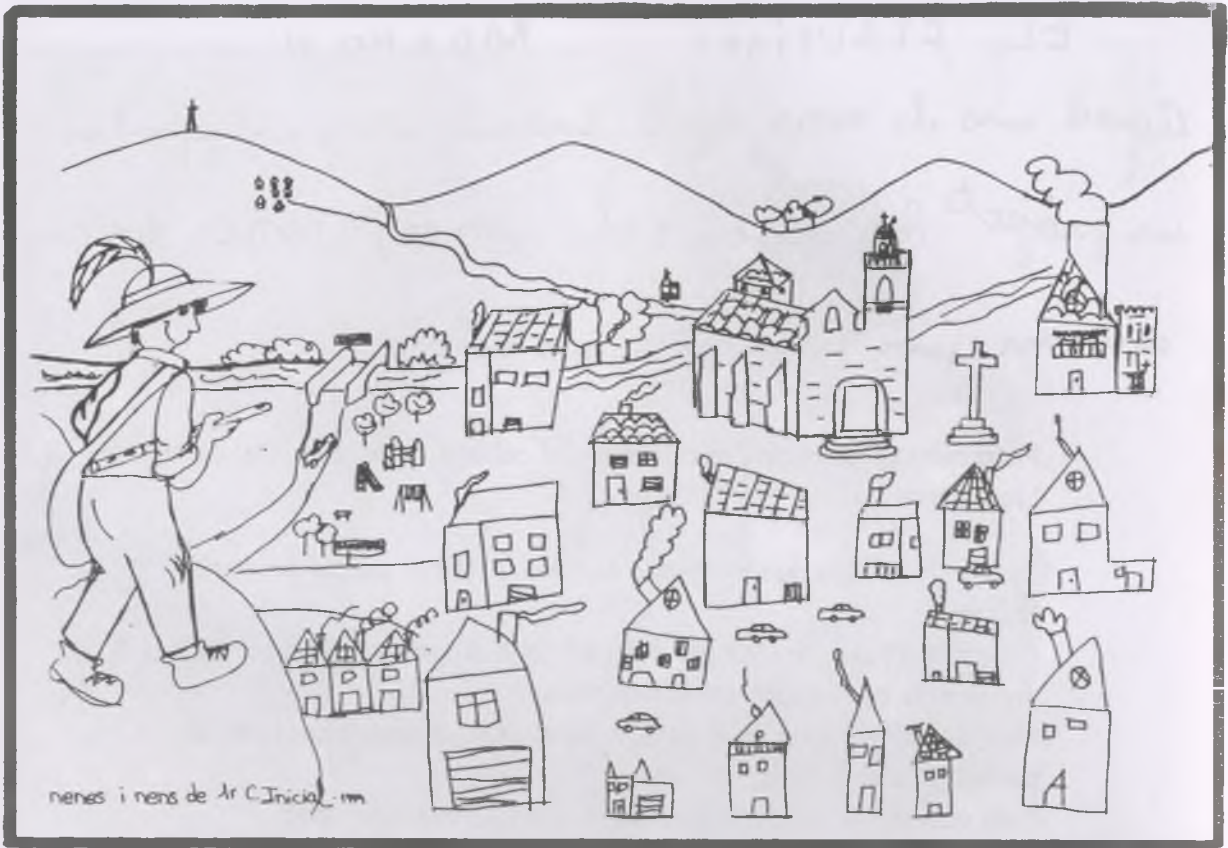
Quan estigueu, envieu-m'ho per correu electrònic.



EL FLAUTISTA RODAMÓN.

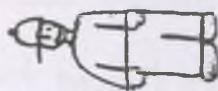
Aquest projecte es farà conjuntament amb altres escoles, quan nosaltres els alumnes i professores de C. Inicial tinguem tot el material preparat, la senyoreta Margarita crearà una plana Web i des d'allà qualsevol de les altres escoles participants podran visitar-nos, saber com és el nostre poble, la nostra escola, nosaltres i el país que ens hem imaginat. De la mateixa manera nosaltres podrem visitar les diferents planes Webs de les altres escoles.





AVUI ENS PRESENTEM AL FLAUTÍSTA  
 AIXÍ DE SOMRIENTS HEM SORTIT A LA "FOTO"

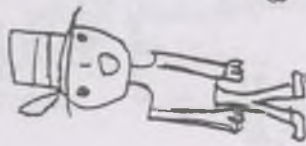
GENIS



JUAN



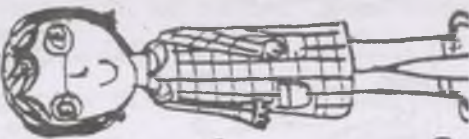
Arnau



Josep



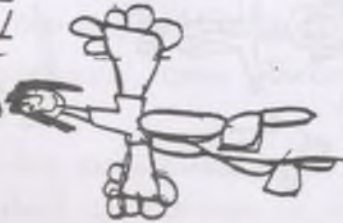
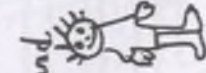
Mr. Monecè



Daniel C. BARBARA



Gerard



JENNI



Marta



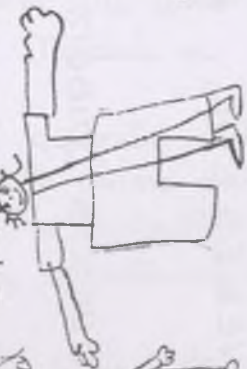
ZEESHAN



Dilid



BIBIANNA



Daria



Mickal







# POTI POTI DE



# NADAL



Els nens i nenes de Cicle Mitjà volem que amb aquestes pàgines coneguem com treballarem el Nadal a l'escola.

Són moltes les activitats que durant aquests dies dediquem al Nadal: poemes i contes a la classe de llengua, nades a la de música, dibuixos i treballs manuals a l'hora de plàstica, tradicions i costums a la de coneixement del medi, ...

Hem posat una mica de tot, no hem volgut deixar res i per això POTI POTI DE NADAL ho hem titulat.

Karim Akid	Evelin Del Monte	Sleus Martí	Jeri Rodríguez
Mussrin Akid	Miriam El Hadj Taib	David Miquela	Rafael Rodríguez
Angel Andrades	Ramon Fernández	Melanie Ortiz	Cilex Sánchez
Sergi Bergillos	Elisabet Freixas	Anna Bayret	José A. Sánchez
Jordi Bradella	Javier Jara	Adria Polvilho	Josep M <sup>c</sup> Torrent
Eduard Bruguat	Sergio Lamolda	Chma Puig	Aibert Turon
Aida Camara	Sonia Lluçat	Oleg Puigdevall	Xavier Valenti
Marc Comas	Natalia Malagon	Oliver Ramos	Tania Virgili
Jordi Corominas	Gustina Mallorquí	Mònica Raurich	Enric Tarupay

TUTORS: Esteban Soto i Mari Casellas

## DITES



- Quan neix el Jesuset neix l'angelet i les ovelles donen llet.
- Per Nadal cada ovelleta al seu corral.
- Per L'Advent posat al sol i guardat del vent. • Nadal nevant, Nadal regalant!



¡BON ANY NOU!





## POEMA

### El Nadal que jo voldria

Voldria un Nadal sense guerres,  
 voldria un Nadal sense plors,  
 els càntics de pau a la Terra  
 l'exclat de la joia en els cors.



Voldria que la bona nova  
 tingués un ressò universal  
 i la germanor fos la prova  
 tangible del nostre Nadal.

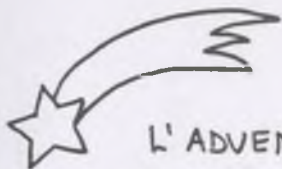


## TRADICIONS:



### PER QUÈ CELEBREM NADAL EL 25 DE DESEMBRE?

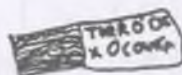
A la Bíblia no es diu ben bé quin dia va néixer Jesús i com que a l'Antiguitat pel solstici d'hivern es celebra ven unes grans festes perquè retornés la llum, a partir del S. IV l'Església i l'emperador cristià Constantí van decidir que el Nadal fos el 25 de desembre, dia de la festa del Sol.



### L'ADVENT

L'advent dura 4 setmanes i serveix per a preparar la festa. A l'entrada de les cases es col·loca una corona de giròl amb espelmes i cada diumenge d'advent s'enclou una. Als països de l'est d'Europa la gent es feia regals com nous, pomes, panets, etc. Així va néixer el calendari d'advent: un regal per a cada dia des de l'1 fins al 24 en que apareix el pessebre.

## EL TIÓ

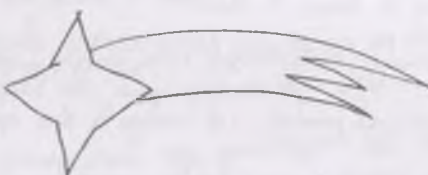


A tot Europa, des de l'antiguitat, la gent es reunia al voltant del foc la nit de Nadal per cantar i explicar-se històries. Posaven un gran tros al foc, que cremava durant dies. Els fumells es tiraven al camp i fertilitzaven la terra. A Catalunya s'ha mantingut la tradició de fer "cagar el tió" segons la qual, si es fica un tió la Nit de Nadal dona dolços i regals.

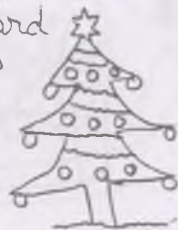
TORRONS



## L'AVET



Antigament, en el solstici d'hivern, el 24 de desembre era el dia dedicat a Adam i Eva i es representava el Misteri del Pecat Original davant l'arbre de la Creació, quarant de pomers. A poc a poc aquest arbre es va convertir en l'arbre de Nadal, portador de la llum i la salut. A finals del segle passat l'arbre de Nadal es va generalitzar a tot Europa. Primer s'adornava amb tomaquets. Després amb llaminadures, cloques de nou, que feien de llums i de figures, de cotó, de paper, de cera, de fusta... Més tard amb boles de vidre i ornaments metàl·lics que reflectien molt bé la llum.

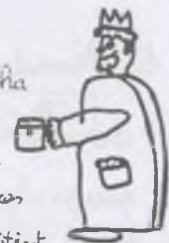


## EL PESSEBRE



El pessebre és una menjadora per a animals i com que quan va néixer Jesús el van posar en una, ara la paraula pessebre s'ha convertit en sinònim de l'escena de Nadal.

Antiguament se celebrava la missa de mitjanit en un pessebre per revivir-ho més exactament. Més endavant es van fer pessebres de mida natural dintre les esglésies i poc a poc es van anar emprèntant les figures.





# EL CACATÍO

Hi havia una vegada un pastisser que vivia en una casa ven sol i un dia va agafar molt de panxa i va anar al poble a veure el metge anera si podia fer alguna cosa i li va dir que prenes aquestes pastilles. Al cap de una estona sen va ~~pendre~~ donar i va tornar al metge per dirli que avies anat molt bé pero desop li va venir un molt de panxa molt fort i el metge li va dir que ara senmes a casa a dormir. L'andemo quan es va despertar i encara tenia molt de panxa i va anar i va anar al poble a veure un altre vegada al metge, i el metge li diu que et para ara tindrás més molt de panxa que l'altre vegada i un dels seus amics li diu as de anar a fer caca i el pastisser li va dir que no li marxaria i el cagarer va anar a pasturar els xais i resulto que se li escapaven la caca i no va tenir temps de fer-la i se la va fer en sobre i els xais es van riure dell des de aquell dia tota la gent li deia cagarer.



# FESTES NADALENQUES

El Nadal es una festa típica arreu del món. Però a cada país se celebren de diferenta manera. A Catalunya se fa el pare Noel i al cap de 2 setmanes passen els reis. També piquem el tío. Per el Pare Noel posem l'arbre de Nadal amb una estrella a la punta de l'arbre. Per Reis fem una carta amb els joguets que ens agraden. El tío es un tío de fusta amb ulls, nas i boca també se li posa una barretina catalana.

# EL NADAL

Hi havia una vegada un nadal molt feliç.  
Aquella nit va néixer Jesús fill de Déu.  
Jesús va rebre molts regals i convidats.

Maria i Josep van amb els seus pares i estaven  
molt contents de tenir un fill tan bo.

El 25 de Desembre va ser el gran  
dia, els àngels van anar anunciant en els pastors que havia  
nacut el fill de Déu que es deia Jesús.

Com va ser gran Jesús va ensenyar els nens i a tota la gent  
bona.

Els nens van fer una creu a Jesús a la creu i va fer de portar  
la creu a tot el camí...

I un gat i un gos aquet conta sa fos.





# EL CICLE SUPERIOR TREBALLEM L'EIX TRANSVERSAL

El cos humà és com una gran ciutat on l'activitat és constant.

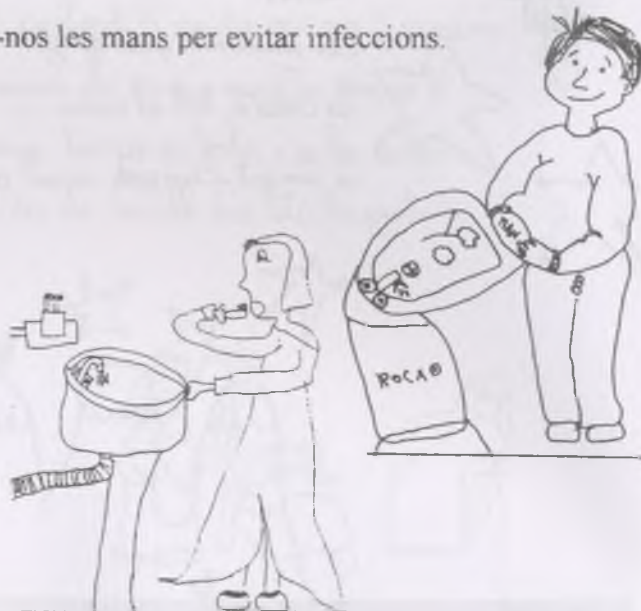
El cor no pot deixar de bategar, el cervell sempre ha d'estar alerta i cal reparar les ferides. A més, has de moure les cames per jugar, has de créixer per fer-te gran...

Les activitats de nutrició donen l'energia i els materials necessaris per mantenir el cos en bon estat de conservació i de funcionament.

El nostre cos necessita els aliments per refer els materials i les energies que ha consumit. Si falta aigua en l'organisme, tenim sed i bevem i si ens falta energia, tenim gana i mengem.

## LA HIGIENE

- Hem de rentar-nos cada dia el cap, les mans, les dents, etc. En general tot el cos.
- Ens hem de pentinar i arreglar-nos per estar nets.
- És convenient netejar-nos la pell, sobretot la de les aixelles i els peus, perquè són les que més suen.
- Després de cada àpat hem de rentar-nos les dents per a no agafar bacteries, càries o altres enfermetats bucal.
- Abans de cada àpat hem d'ensabonar-nos les mans per evitar infeccions.



## HEM D'EVITAR MENJAR

- Per mantenir el nostre cos sa hem d'evitar menjar el que porti massa oli, sucres, greix, etc.
- Tot això pot provocar càries, colesterol... que poden fer mal al nostre cos.
- Les **càries** són els sucres que s'acumulen a les dents, les càries es mengen l'esmalt.
- El **colesterol** és l'acumulació de greix a les venes, i ens priva de circular la sang.
- També hem d'evitar menjar llaminadures ja que porten molts sucres i no ens alimenten, només ens omplen l'estómac.





## PRACTICA ESPORTS PER MANTENIR-TE SA

- Hem de fer esport cada dia per mantenir-nos en forma:
- Caminar i saltar per enfortir les cames i els músculs.
- Fer exercici per mantenir el cor sa.
- Fer abdominals per fer fort l'abdomen.
- Córrer i fer footing per endurir les cuixes i els bessons.
- Fer peses per enfortir els bíceps.
- Fer natació per donar moviment a tot el cos.



## L'ALIMENTACIÓ

- El més normal és menjar coses sanes com: peix, carn, verdures, fruites, etc...
- Per fer una dieta equilibrada s'ha de menjar de tot.
- Hem de menjar: proteïnes, lípids o grasses, glúcids o sucres, vitamines, minerals i aigua.
- Dels aliments que nosaltres prenem n'aprofitem només una part, que són les substàncies nutritives. Aquestes ens proporcionen energia i ajuden a refer i regular el nostre cos:

**Les proteïnes:** abunden a la carn, el peix, els ous, la llet i el marisc.

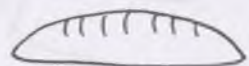
**Els lípids o grasses:** que aporten l'oli, la mantega i la carn de porc o xai.

**Els glúcids o sucres:** que porten els cereals, llegums, patates, pa, sucre i dolços.

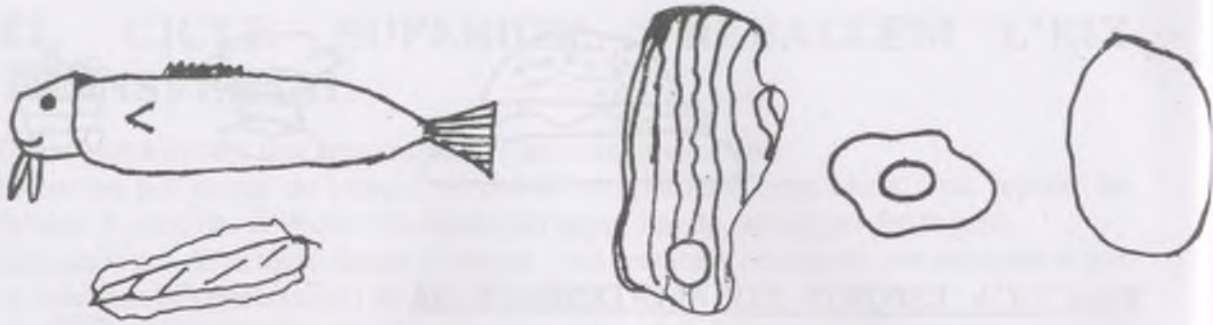
**Les vitamines:** que abunden a la fruita i a la verdura.

**Els minerals:** com el calci que abunda a la llet, el ferro a les lleties, etc.

**L'aigua:** que l'obtenem també de les fruites i verdures.







## L'EIX TRANSVERSAL

Cada any treballem l'Eix Transversal a tots els cursos. Aquest any hem escollit el tema de la salut. Cada mes toca presentar l'eix a un curs diferent. Comencem els de sisè, i després anem baixant de cursos fins arribar a l'Educació Infantil.

Aquest any va dedicat a la salut, i esperem que tots els eixos siguin molt divertits: recitant, cantant, actuant...

Els nostres objectius són:

- Tenir cura de la higiene.
- Adoptar bones postures.
- Menjar de tot, per fer una dieta equilibrada.
- Fer exercici físic.
- No beure begudes carbòniques.
- No menjar moltes lllaminadures...

Tots hauríem de mirar de complir aquests objectius per gaudir d'una bona salut.



## COM HEM TREBALLAT L'EIX TRANSVERSAL

Aquest any els de sisè ja hem fet l'eix transversal, els primers hem sigut nosaltres, perquè som els més grans.

Com que aquest any l'eix transversal està dedicat a la salut, nosaltres vam representar una obra de teatre sobre la salut, perquè volíem ensenyar el què ens pot passar si no cuidem el nostre cos.

La senyoreta ens va donar unes idees sobre la salut i nosaltres vam decidir que faríem una obra de teatre que passés en tres consultoris diferents.

La nostra obra va consistir:

Hi havia tres metges. La Sílvia feia de pediatra, la Lúdia de dentista i en Joel de metge de capçalera. Hi havia en Cristian que era un infermer i feia passar els malalts.

Al dentista van anar-hi:

- Una mare i un fill que tenia càries.
- Una persona que no es rentava les dents.

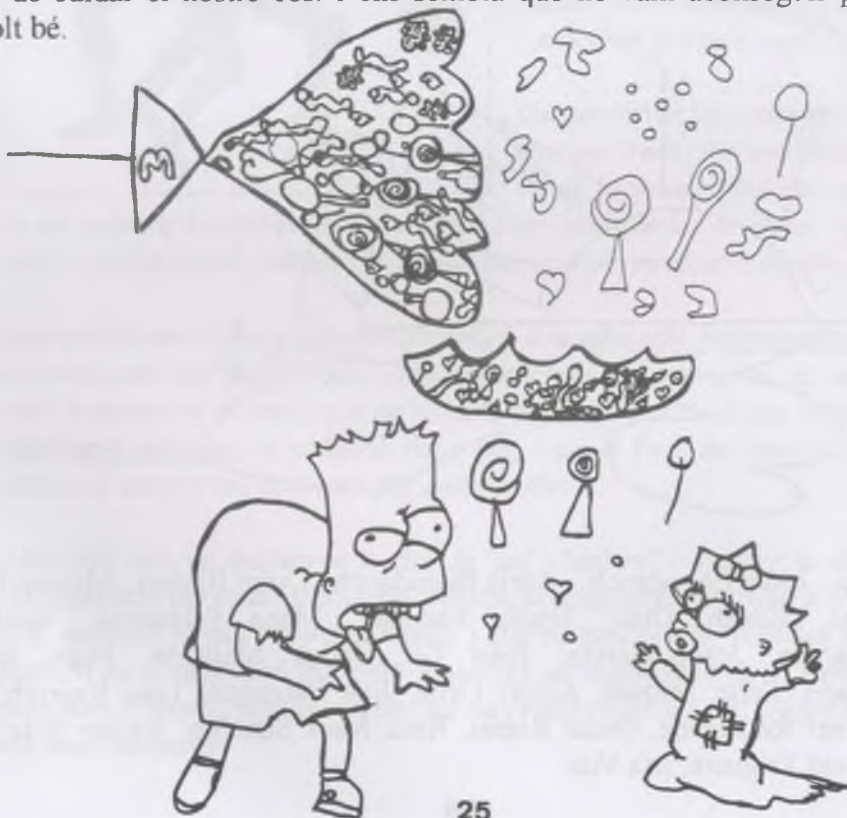
Al pediatra van anar-hi:

- Una mare i una nena que tenia una dieta desequilibrada i només menjava alguns aliments.
- Un senyor que tenia colesterol.
- Una nena que no s'hi veia bé i anava a fer-se una revisió.

Al metge de capçalera hi van anar:

- Un fumador que tenia problemes respiratoris.
- Un borratxo amb problemes de fetge.
- Un home que va anar a mirar-se la pressió i li van aconsellar treure la sal dels àpats.
- Una persona que tenia depressió i no volia parlar amb ningú.

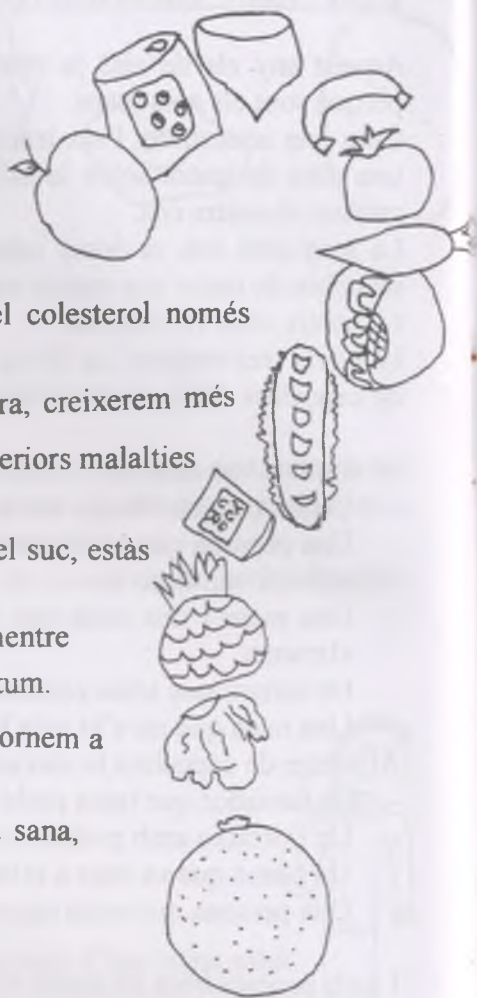
I amb aquesta obra de teatre vam voler ensenyar, des dels més grans fins als més petits, que hem de cuidar el nostre cos. I ens sembla que ho vam aconseguir perquè ens va sortir molt bé.





## SABIES OUE...?

- Es pot menjar de tot. La clau és menjar una gran varietat d'aliments però en quantitats moderades.
- La fibra només es troba als aliments vegetals i el colesterol només als aliments d'origen animal.
- Si tenim una alimentació equilibrada amb prou fibra, creixerem més sans. A més, prendre fibra pot reduir el risc de posteriors malalties cròniques.
- Si et menges una fruita sencera, en lloc de beure'n el suc, estàs prenent vitamines i minerals, i a més fibra...
- A molts països fa segles que mengen iogurt, mentre que els nord-americans n'acaben d'adquirir el costum.
- Mentre dormim dejunem. Al matí, amb l'esmorzar, tornem a menjar i així trenquem el dejuni.
- Per una bona salut, a més de menjar d'una manera sana, és necessària l'activitat física.



L'ILLA DEL TEU COS AMAGA EL  
MÉS VALUÓS TRESOR LA SALUT!  
NO LA MALMENIS.



Dani Argelina, Lídia Bagudanch, Adrià Bagudanch, Quim Blanch, Míriam Boadella, Sílvia Comas, Eduard Díaz, Jenifer Escobar, Maria Falgueras, Sandra Font, Xavier Gabarrón, Josep García, Joan Gil, Carles Malagón, Marc Mallorquí, Judith Mercado, Sergi Miquel, Albert Ortiz, Eva Paniagua, Làia Raurich, Cristian Rodríguez, Joel Rodríguez, Oscar Rubio, Rosa Mari Sánchez, Esther Soler, Míriam Torrejón, David Triguero, Iris Vilà.

---

# LA NOVA EDUCACIÓ FÍSICA

---

## \* Educació integral mitjançant el moviment

Aquesta fase definiria exactament la concepció d'Educació Física que es vol dur a terme. Vol dir educar a la persona com un tot, no dividir cos i ment, sinó que fent servir el moviment i totes les seves modalitats eduquem a la persona. No només ens centrarem en el desenvolupament físic de la persona sinó que s'ha d'aprofitar totes les situacions que es donin a les sessions per educar a la persona. La pròpia paraula ja ho diu: Educació Física, primer educar i després el desenvolupament físic.

S'ha de realitzar una Educació Física funcional i útil, que serveixi als nens i les nenes en la seva vida quotidiana, donant-li un sentit en la seva vida. A més, els nens i les nenes s'han d'adonar de la utilitat de l'Educació Física i el mestre ha de procurar buscar la implicació dels alumnes.



El punt de partida sempre ha de ser les necessitats dels nens. El mestre ha de ser sensible a aquestes necessitats i adequar el seu treball. A més a més, s'ha de tenir en compte l'entorn de treball i els materials de què disposa, per tal de poder oferir un ensenyament de qualitat i sobretot útil pels nens i les nenes.

Cal aprofitar les sessions d'Educació Física per realitzar una tasca més profunda en la transmissió de valors i actituds

on en aquesta disciplina és el marc més idoni per dur-les a terme. Valors com respecte, col.laboració, companyerisme, superació personal, etc. són sempre presents.

Des del primer moment hem de plantejar una educació individualitzada. Cada nen comença amb un nivell, i amb unes capacitats determinades. El nostre objectiu serà transmetre als nens que no hi ha bons ni dolents, sinó que l'important serà la superació personal de cadascú, dia a dia, i que al final del curs es realitzarà una valoració del treball realitzat per cada un d'ells.

Amb això hem de desterrar la idea de "bo" i "dolent" i inculcar la idea i el principi de superació personal. D'aquesta manera aconseguirem motivar als/les menys hàbils, valorant el seu esforç personal, i als/les més hàbils, fent-los veure que l'important és la superació dia a dia. El que es vol aconseguir és transmetre respecte pels menys hàbils, fent veure als/les més hàbils l'esforç i el progrés que realitzen els seus companys.



Com hem pogut observar el concepte d'aprenentatge té com aspecte bàsic l'adaptació del nen a les diferents situacions de l'entorn, les quals li produiran una sèrie de canvis a nivell perceptiu-motriu, fisiològic i cognoscitiu.

Però l'aspecte bàsic al que volia arribar és la importància de que el nen sigui independent, i que pugui **per sí mateix aprendre**. Per això, és necessari que el nen hagi après diverses tasques, i que hagi experimentat i après coordinacions de moviments diferents.

Amb això es produirà el que anomenem la transferència, fonamentada en el principi de que totes les tasques amb objectius similars tenen la mateixa estructura; encara que els moviments siguin diferents, l'estructura general és similar.

El nen que ha après a aprendre és més independent i capaç d'encarar per ell mateix els futurs aprenentatges. Per aconseguir-ho, el professor ha de programar l'ensenyança d'una àmplia varietat de tasques.

Per últim cal destacar el paper molt important que ha d'assumir el mestre. Ha de ser sensible a les necessitats dels nens i les nenes i donar resposta a aquestes necessitats. S'ha d'adonar que està formant persones i que ha d'implicar-se en l'educació del nen, fent participis als companys en la seva feina i no aïllar-se sinó obrir l'Educació Física a tothom.

Aquest any també tenim la novetat de poder disposar de la Sala Polivalent municipal, una vegada al mes amb els alumnes del Cicle Superior. En aquest espai s'aprofitarà per donar una visió als alumnes d'esports menys coneguts i minoritaris i diferents activitats relacionades amb l'activitat física. A més, s'intentarà que a aquestes sessions assisteixin professionals dels esports tractats com a convidats i per donar una visió el més real possible de la situació d'aquest esport. El mes d'octubre la sessió va ser duta a terme per una professional d'Aeròbic, Fumky, Hip Hop i balls esportius, amb una bona participació dels alumnes i passant una estona divertida. Els altres esports que es pretenen practicar són entre altres: beisbol, jocs holandesos, rugbi, esports paralímpics, jocs malabars, ...



**Des d'aquí animo a tothom a que participi en l'Educació Física dels nens i amb la vostra ajuda podem dur a bon port aquest nou projecte.**

*Esteban Soto*  
Mestre d'Educació Física

Una vegada més, l'esforç conjunt família-escola ha donat fruit.

Aquesta revista vol ser-ne una mostra.

Gràcies a tots per la vostra col.laboració!