



CEIP GABRIELA MISTRAL

Actividades extraescolares

Curso 2018/2019

DEPORTE
OCIO Y SALUD



Deporte, Ocio y Salud (DOS) es una empresa dedicada a organizar, dirigir e impartir actividades deportivas y de ocio orientadas a:

- Ejercitar el cuerpo y la mente de una forma divertida y saludable.
- Fomentar el compañerismo, la amistad y el trabajo en grupo.
- Adquirir hábitos saludables que nos ayuden a vivir mejor y ser más felices .

Poseemos una amplia oferta de actividades, pero queremos resaltar nuestro compromiso de escuchar y adaptarnos siempre a las necesidades de cada cliente en cada momento. El cual nace de nuestra voluntad implicación y colaboración con el centro donde desarrollamos nuestras actividades.

Con 10 años de experiencia en el sector, hemos conocido de primera mano las diferentes áreas de trabajo, tanto como monitores, como coordinadores y directores. Esto nos ha permitido desarrollar un método de trabajo orientado a la búsqueda y satisfacción de las necesidades y exigencias tanto de los alumnos como de los padres.

Este método se apoya en cuatro puntos fundamentales:

- Un buen sistema organizativo en el que prima la seguridad de los niños.
- Actividades de calidad, lo que favorece un buen funcionamiento de las mismas, así como una evolución positiva en los alumnos.
- Contacto directo con los padres para atender de primera mano todas sus dudas y necesidades.
- Trato cercano y cariñoso con los alumnos por parte de todo el equipo de DOS.



La importancia del deporte

El deporte ayuda a los niños no sólo a estar sanos y a desarrollarse física y mentalmente, también a relacionarse de una forma saludable con otros niños. Estar en forma es sinónimo de estar sano. Es más, si se crea el hábito de practicar deporte desde el inicio de su infancia se pueden ahorrar futuros problemas en la adolescencia.

Los niños deben encontrar un deporte que les guste. Lo primordial es que los pequeños se encuentren motivados para la práctica del deporte que elijan, nunca se les debe obligar. Al principio puede costarles coger el ritmo, pero si el niño cuenta con el apoyo, la determinación y la seguridad de los padres todo irá bien.

Practicando ejercicio físico de forma regular se previenen muchas enfermedades que se manifiestan en la edad adulta, como obesidad y osteoporosis, y ayuda a superar otras que pueden padecer ya de niños como el asma. El deporte ayuda a un buen desarrollo de huesos y músculos y proporciona una buena aptitud cardiovascular.

El ejercicio ayuda a los niños a tener más confianza en sí mismos, favorece su autoestima y les ayuda a relacionarse mejor con los demás.

A través del deporte se transmiten infinidad de valores como la solidaridad y el compañerismo. Es la terapia más divertida que pueden realizar los niños.



Objetivos generales y metodología

Los objetivos generales para todas las actividades pretenden fomentar el carácter participativo, creativo y educativo, teniendo en cuenta las características específicas de cada una de las actividades que se ofertan y presentan. Buscamos que los niños se desarrollen tanto en el trabajo individual como en el grupal. La interacción es imprescindible para crear personas activas y comunicativas, para ello se realizarán actividades de carácter creativo que impliquen comunicación y colaboración para su desarrollo.

Los primeros años de vida son decisivos para marcar el resto de nuestra existencia, por ello se hace necesario adquirir buenos hábitos

Utilizaremos el juego como elemento motivador y participativo, estando presente en todas las sesiones ayudando a crear un ambiente divertido y distendido. Pero sin olvidarnos de uno de los objetivos más importantes, el educativo. Por ello se potenciará la igualdad como base del respeto y la convivencia. Se eliminarán los comportamientos y actitudes antisociales, fomentando las actitudes positivas hacia uno mismo, los compañeros y los monitores.

No olvidemos que hablamos de actividades extraescolares y que los niños deben de practicar aquellas que les motiven y gusten para aprovechar las clases a máximo.

A continuación pasamos a detallar la oferta de actividades con objetivos y metodología específica de cada actividad.

Baile moderno

Está claro que es algo muy importante que los niños disfruten de actividades físicas y de ocio con las que interactuar con otros niños a la vez que están en constante movimiento. El baile es algo que además, es de lo más ventajoso para nuestros hijos, ya que proporciona una serie de beneficios tanto físicos como psicológicos que no lograrían con otra disciplina: ayuda a mantener la forma física, contribuye a mejorar la psicomotricidad, desarrolla el oído con la música y eleva el nivel de autoexigencia y también consigue que el niño tome control de su propio cuerpo.

Objetivos

- A través del baile trabajaremos la coordinación, el ritmo y la expresión corporal.
- Se trata de una actividad basada en fomentar la creatividad, las técnicas de expresión corporal y combatir la cohibición a la hora de expresarse.
- El baile moderno tiene como objetivo montar coreografías con las músicas más actuales.

Metodología

- Actividades y juegos que favorecen la expresión corporal, oral y la comunicación.
- Fomentar la práctica deportiva como medio para favorecer la madurez física, psíquica y social
- Participar en actividades grupales adoptando un comportamiento constructivo, participativo y solidario, valorando las aportaciones propias y ajenas

Días

Horario

Dirigido a

Material necesario

Lugar

Lunes y miércoles: **4º 5º y 6º primaria**

Martes y jueves: **1º 2º y 3º primaria**

De 16:00 a 17:00 h.

Alumnos de primaria

Ropa y calzado deportivo.

Gimnasio

Baloncesto

El baloncesto es un deporte en equipo que fomenta el desarrollo físico y personal de los niños. Enseña valores como el compañerismo, el trabajo en equipo o la generosidad, y ayuda al desarrollo de su aparato locomotor y el fortalecimiento de sus músculos. Enseñar a los alumnos las ventajas de participar en una actividad deportiva de equipo. Salud, disciplina y diversión serán los pilares básicos.

Objetivos

- Iniciar al alumno en la práctica del baloncesto.
- Mejorar la interacción social y el desarrollo personal del jugador.
- Fomentar el respeto a los compañeros y el trabajo en equipo.
- Aprendizaje de los fundamentos básicos: manejo de balón, pase, tiro, posición defensiva,...
- Desarrollo psicomotor y mejora de la salud de los jugadores.

Metodología

- Circuitos de psicomotricidad para mejorar la coordinación del alumno.
- Calentamientos y Estiramientos para que los jugadores aprendan la importancia de cuidar su cuerpo.
- Juegos y ejercicios para el aprendizaje de los fundamentos básicos.
- Todos los días los niños recogerán el material utilizado.

Días

Horario

Dirigido a

Material necesario

Lugar

Lunes y miércoles: 3º 4º 5º y 6º primaria

Martes y jueves: 1º y 2º primaria

De 16:00 a 17:00 h.

Alumnos de primaria

Ropa y calzado deportivo

Pista Calle Padoruelo

Deberes

Dirigido a alumnos que necesitan un apoyo en la realización de los deberes y en aquellas materias más difíciles. En la extraescolar se trabajará sobre los contenidos de las clases formales y completaremos con diferentes técnicas de estudio como resúmenes, cuadros, análisis de textos, cálculo... según las necesidades de cada día.

En esta actividad ofreceremos un apoyo en cada una de las materias con el fin de reforzar los contenidos de las clases.

Los alumnos contarán con ayuda para la realización de los deberes diarios y se les enseñará distintas técnicas de estudio, hábitos de trabajo y todos los instrumentos que tengamos a mano para poder facilitarles el aprendizaje diario en cada una de las materias.

Días
Horario
Dirigido a
Lugar

Lunes y miércoles / martes y jueves
De 16:00 a 17:00 h. / de 17:00 a 18:00 h.
Alumnos de primaria
Aula de deberes

Dibujo y Pintura

A través de la pintura los niños descubren un mundo lleno de colores, formas, trazos e imaginación. Simbolizan sentimientos y experiencias. La pintura estimula la comunicación, la creatividad, la sensibilidad y aumenta la capacidad de concentración y expresión de los niños. La pintura, como cualquier otro tipo de actividad es un aprendizaje que se puede enseñar a través del ejemplo.

La pintura estimula la comunicación, la creatividad, la sensibilidad y aumenta la capacidad de concentración y expresión de los niños. Será por eso que es una actividad indicada en numerosos tratamientos terapéuticos de los niños. Con la pintura se disminuye la ansiedad y se amenizan los miedos y las expectativas. A través de un pincel, o cualquier otra herramienta artística, los niños expresan sus inquietudes y emociones, se tranquilizan y serenan y, al mismo tiempo, desarrollan sus gustos y perfil artístico.

Los niños pueden aprender a utilizar diferentes materiales y distintas técnicas dependiendo de su edad y destreza.

Días
Horario
Dirigido a
Lugar

Lunes y miércoles / martes y jueves
De 16:00 a 17:00 h. / 17:00 a 18:00
Alumnos de primaria
Biblioteca 1ª planta

Futbol

El futbol es el deporte más popular del mundo y el más practicado por los niños. Entre sus beneficios podemos contar tanto con el desarrollo físico general, como con la mejora en la coordinación y en la capacidad cardiovascular. Además, a través del fútbol se sociabiliza a los niños, inculcándoles el trabajo en equipo, el valor del compañerismo y la generosidad.

Objetivos

- Conocer la técnica con el balón
- Saber movernos y encontrarnos en el campo de futbol.
- Desarrollar capacidades motoras y coordinativas básicas con el balón.
- Desarrollo y fomento de la expresión en grupo, educación y saber estar en un campo de futbol.
- Concienciarles del uso de los materiales y su cuidado.
- Formar un buen grupo en el que todos nos llevemos bien y mejoremos día a día.

Metodología

- Se desarrollará en su mayor parte una metodología de instrucción directa en la ejecución de juegos donde se necesite la cooperación y la participación de todos los jugadores.
- Buscaremos incentivar la capacidad cognitiva del alumno en juegos de resolución de problemas, en los que haya que tomar una decisión.
- Juegos y actividades con balón.
- Actividades de calentamiento, coordinación y técnica básica.
- Aprendizaje del compañerismo, trabajo en equipo, educación y saber perder y ganar.
- Saber utilizar el material que tenemos y para qué sirve en todas las actividades.
- Valorar el juego como un medio para realizar actividad física, como medio de disfrute, de relación y como recurso para aprovechar el tiempo libre.

<p>Días</p>	<p>Lunes y miércoles. 1º 2º primaria Martes y jueves. 3º 4º primaria Martes y jueves. 5º 6º primaria lunes y miércoles. 2º 3º infantil 16:00 a 17:00</p>
<p>Horario</p>	<p>Alumnos de 2º 3º de infantil y 1º hasta 6º de primaria</p>
<p>Dirigido a</p>	<p>Ropa y calzado deportivo</p>
<p>Material necesario</p>	<p>Alumnos infantil: patio infantil Alumnos primaria: Pista calle Mirallos</p>
<p>Lugar</p>	

Gimnasia rítmica

La gimnasia rítmica es una modalidad deportiva que combina movimientos de ballet, danza y gimnasia con la utilización de varios elementos como mazas, pelota, cinta, cuerda o aro.

Objetivos

- Adaptar el movimiento corporal a estructuras rítmicas sencillas, diferenciando en ellas la intensidad y la duración de los sonidos.
- Desarrollar globalmente las capacidades físicas básicas.
- Practicar ritmos e imitar danzas sencillas.
- Realizar y coordinar los elementos básicos de la Técnica de Manos libres (pasos rítmicos, saltos, equilibrios, giros, elementos de flexibilidad y ondas y elementos acrobáticos específicos).
- Descubrir los elementos del aparato, fundamentales de : gasa, cuerda, pelota y aro.
- Participar y disfrutar de la actividad estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás.

Metodología

Actividades y juegos que favorecen la expresión corporal, oral y la comunicación. Fomentar la práctica deportiva como medio para favorecer la madurez física, psíquica y social

Participar en actividades grupales adoptando un comportamiento constructivo, participativo y solidario, valorando las aportaciones propias y ajenas

Días / Grupos

Horario

Material necesario

Lugar

Lunes/miércoles **1º 2º y 3º primaria**

Martes/jueves **4º 5º y 6º primaria**

De 16:00 a 17:00 h.

Ropa y calzado deportivo

Gimnasio

Kárate

Al contrario de lo que la mayoría de las personas piensa, el kárate no es un entrenamiento competitivo ni agresivo. En realidad, lo que se busca es la superación personal, estimula al deportista ir más allá de sus limitaciones para alcanzar sus metas. Por supuesto, también es un método de defensa personal, desarrolla los reflejos, la flexibilidad y las habilidades físicas, ayudando a combatir los malos hábitos y la obesidad.

Además de su utilidad como método de defensa, es uno de los deportes más completos a los que se pueden apuntar a sus hijos. Tanto física como mentalmente. Los niños y niñas se divierten mientras aprenden disciplina, tolerancia y respeto, a la vez que fomentan su desarrollo óseo y muscular.

1. Estimula la coordinación y el equilibrio.
2. Favorece una respiración adecuada y contribuye a regular el ritmo cardíaco.
3. Potencia la orientación espacio-temporal y las habilidades viso-motoras, permitiendo que el niño esté más centrado en el presente y más atento a su entorno.
4. Desarrolla las habilidades motoras, a la vez que estimula la flexibilidad muscular.
5. Permite descargar el exceso de energía y potencia la concentración. Razón por la cuál es muy eficaz en niños con dificultades en la atención.
6. Fortalece la autoconfianza, la autoestima y la seguridad. Tres cualidades esenciales para el niño.
7. Estimula el autocontrol y el autoconocimiento, permitiendo que el niño regule mejor sus emociones y mantenga bajo control su impulsividad.
8. Ayuda a desarrollar valores positivos como la responsabilidad, la tolerancia y el compañerismo.
9. Estimula la capacidad para resolver conflictos de manera pacífica, una habilidad que resulta muy útil para la integración social del niño.

Días
Horario
Dirigido a
Material necesario

Lugar

Lunes y miércoles / martes y jueves
De 16:00 a 17:00 h.
Alumnos de primaria
Kimono o judogi. Durante el primer trimestre la actividad se podrá realizar en chandal, el kimono será obligatorio a partir del segundo trimestre.
Sala Tatami

Natación

La natación es uno de los deportes más completos que existen con innumerables beneficios para la coordinación, el desarrollo motor y muscular, y sobre todo, el conocimiento del medio y aprendizajes en el medio acuático .

Desde Deporte, Ocio y Salud nos gustaría indicar que, en especial en esta actividad, para conseguir los objetivos esperados deberemos de mantener una continuidad y una constancia.

Material necesario

Para la actividad de natación los alumnos deberán llevar el siguiente material

Bañador. Los mejores bañadores para la actividad son los bañadores elásticos tipo pantalon bóxer tanto para niños como para niñas. Para ellas también valdrían los bañadores enteros.

Chanclas. Aconsejamos que lleven unas chanclas que queden sujetas al pie o bien los escaarpines de tela, no se pueden llevar escaarpines ni de silicona ni de látex .

Gorro. Los mejores gorros son los de silicona, fáciles de poner y aíslan perfectamente del agua.

Toalla. Aconsejamos que los alumnos lleven capas, ponchos, o similares con el fin de evitar que tengan que ir sujetando una toalla mientras caminan hacia el vestuario.

Todas las prendas, tanto las de baño como la ropa que llevan puesta, deberá ir marcada con nombre y apellidos para evitar cambios y pérdidas.

Respecto a la mochila debemos tener en cuenta que la deberán llevar ellos mismos durante todo el trayecto . Aconsejamos una mochila pequeña mejor que sacos o mochilas con ruedas.

Todos los alumnos que necesiten llevar tapones para realizar la actividad deberán indicarlo en la inscripción para poder contactar con ellos e indicarles la forma de proceder al guardar los tapones en la mochila.

Instalaciones

La actividad, se realizará en la cercana piscina del Colegio Estudiantes Las Tablas, que se encuentra en Calle Fromista, 1.



Metodología

Nuestros pequeños nadadores aprenderán todo lo que este deporte les ofrece como actividad física y entorno lúdico y social.

Todos los objetivos que se plantean en la actividad, se desarrollarán mediante juegos, utilizando recursos materiales como tablas, churros, corchitos, juguetes...

La metodología será PROGRESIVA, activa, participativa, creativa, lúdica e integradora. Asignación de tareas para los ejercicios más analíticos, y descubrimiento guiado para la adquisición de diferentes habilidades.

Objetivos

- Conseguir un dominio elemental del medio acuático que le permita su autonomía en el agua
- Conocer y valorar la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices y de relación con los demás
- Adoptar hábitos de higiene, alimentación, postura y ejercicio físico manifestando una actitud de respeto a sí mismo y hacia los demás
- Regular y dosificar el esfuerzo llegando a un nivel de auto exigencia acorde a sus objetivos y posibilidades.
- Conocer y valorar la práctica de la natación y los entornos en los que se desenvuelve.
- Participar mediante juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación (sexual, social o personal).

Desarrollo de la actividad

La actividad se desarrollará los martes y viernes, con un grupo de 45 alumnos como máximo y 35 como mínimo.

El horario estará comprendido entre las 16 y las 18 horas, dedicando 30 minutos para el desarrollo de la actividad y el resto del tiempo se empleará para los desplazamientos y cambios de ropa.

Los traslados se realizarán en autocares de la empresa Jeslusan, con los que llevamos más de 10 años trabajando y que nos transmiten total confianza y garantía en el servicio. Cuentan con una amplia flota de autobuses, todos ellos dotados de cinturones de seguridad. Nos gustaría resaltar el buen trato que los conductores han tenido siempre con los niños y su colaboración con el grupo a la hora de subir y bajar del autobús.

Monitores

Contamos con monitores titulados y con experiencia. Tutelados siempre por los coordinadores de la actividad. Con ello conseguimos una optimización del trabajo, tanto en la organización de los grupos como en la utilización del material.

Todos nuestros monitores tienen un trato cercano y cariñoso con los alumnos e imparten siempre las clases desde el agua para transmitir así confianza y tranquilidad a los alumnos. Serán los encargados de ayudar a vestirse y

desvestirse a los niños, así como de ordenar y guardar la ropa en los vestuarios tanto a la entrada como a la salida. Igualmente, les ayudarán con el secado de pelo.

Los grupos tendrán un máximo de 5 alumnos por monitor en los niveles mas bajos y un máximo de 8 en los mas avanzados.

Todo el material necesario para el desarrollo de la actividad será proporcionado por la empresa y será de uso exclusivo para nuestros alumnos.

Seguros

La empresa cuenta con seguro tanto de accidentes como de responsabilidad civil tanto para los alumnos como para los monitores.

La empresa no tiene ningún inconveniente en entregar mensualmente la documentación necesaria así como los contratos.

Incluye

- Reunión informativa al inicio del curso con los padres con el fin de explicarles nuestro método de trabajo, objetivos según niveles y solucionar cualquier duda.
- Traslados desde el colegio a la piscina y de la piscina al colegio.
- Cambios de ropa y secado de pelo.
- Material necesario para las clases: churros, cinturones de flotación, tapices flotantes, etc.
- Clases de 30 min.
- Grupos reducidos, ratio 1-5
- Boletín informativo trimestral.
- Correo electrónico y teléfono a disposición de los padres.
- Seguros de Accidentes y Responsabilidad Civil.

Días
Horario
Dirigido a
Material necesario

Martes o viernes
De 16:00 a 17:45 h. aprox.
Todos los alumnos
Bañador, gorro de baño, chanclas y albornoz, todo marcado con el nombre y apellidos.

Patinaje

El patinaje una actividad recreativa al mismo tiempo que un deporte que ayuda a desarrollar el equilibrio y mantener la armonía corporal a través de sus movimientos y ejercicios.

Objetivos

- Iniciación al patinaje artístico.
- Aprender a ponerse los patines junto con protecciones.
- Aprender a patinar hacia delante con la posición correcta del cuerpo y realizar ejercicios artísticos diferentes.
- Desarrollo y fomento de la expresión corporal.
- Formar un buen grupo en el que todos nos llevemos bien y mejoremos día a día.
- Mejorar la capacidad coordinativa del alumno, aprendizaje técnico del patinaje artístico, junto con los valores que trabajamos en este deporte.

Metodología

Comenzaremos las clases explicándoles cómo deben colocar el cuerpo para evitar las caídas y para conseguir el equilibrio necesario para patinar, ayudándonos de juegos y actividades para introducir la posición de los brazos. Conforme vayan mejorando lo aprendido, se les enseñarán figuras nuevas acordes con su edad.

Se fomentará el aprendizaje del compañerismo y del trabajo en equipo ya que al final de curso prepararemos una exhibición para que los padres puedan ver el progreso y la mejoría de este deporte.

Días/grupos	Viernes: alumnos de primaria
Horario	Martes y jueves: alumnos de 2º y 3º infantil
Material necesario	De 16:00 a 17:30 h. Viernes De 16:00 a 17:00 h. Martes y jueves Patines, protecciones y casco. Para esta actividad se recomienda la utilización de patines de cuatro ruedas en paralelo, si ya se tienen patines en línea no es necesario comprar otros.
Lugar	Viernes: Pista calle Mirallos Martes y jueves: patio infantil

Voleibol / Balonmano

Para las tardes de los viernes este curso se ofertan dos deportes de equipo muy divertidos y dinámicos.

El **voleibol** puede ser una perfecta elección para una actividad extraescolar o una actividad recreativa. Es un deporte versátil, ideal para ser practicado por un numeroso grupo de niños, fomentando su educación y el trabajo en grupo al mismo tiempo que se divierten. Para jugar al voleibol sólo es necesario un balón y una red que divida el campo en dos partes.

El **balonmano** es un deporte de equipo muy completo en el que se trabajan todas las áreas físicas en el niño, por lo que no existen descompensaciones corporales. Hay que correr y saltar con las piernas y pasar el lanzar con los brazos, así que tanto el tren superior como el inferior se desarrollan de forma conjunta.

El balonmano requiere muchos desgaste de calorías ya que se trata de un deporte muy explosivo donde se requiere del uso de mucha fuerza, pero como suele ser habitual, la potencia sin control no sirve de nada, así que aparte de la fuerza, se ha de desarrollar también elasticidad y coordinación.

Como **objetivo** nos marcaremos la iniciación al deporte, conocimiento de las reglas básicas, lanzamientos , golpeos, colocación en el campo de juego y principales estrategias .

Días

Horario

Dirigido a

Material necesario

Lugar

Viernes

De 16:00 a 17:00 h.

Alumnos de primaria

Ropa y calzado deportivo

Voleibol: Gimnasio

Balonmano:Pista calle Padoruelo

Taller Divercreativo

Las manualidades, bailes, cuentacuentos, ayudan a los niños a desarrollar su imaginación, su creatividad y sus habilidades. No sólo se trata de un juego para los más pequeños, sino que además es una manera estupenda de aprender de forma lúdica y mejorar su desarrollo psicomotor.

Esta actividad puede seleccionar desde uno hasta los cinco días de la semana. En el momento de realizar la inscripción encontrarán disponibles los cinco días de la semana para que puedan elegir los días que necesiten.

Objetivos

- Fomentar el ocio educativo mediante dinámicas y juegos de animación.
- Desarrollar la creatividad e imaginación, por medio de actividades de creación de juguetes, canciones, manualidades, cuentacuentos, etc.
- Trabajar el desarrollo psicomotriz de l@s niñ@s, a través de juegos de coordinación y movimiento.
- Educar en valores, compartiendo, cooperando y tomando decisiones tanto grupales como individuales.
- Incentivar el desarrollo de la escucha, retención, comprensión e imaginación, a través de cuentacuentos y juegos relacionados con la lecturas.

Metodología

Seguiremos una metodología activa y participativa. Se desarrollaran las actividades en los siguientes módulos:

- Bailes y canciones, enseñaremos y crearemos bailes y canciones, con lo que trabajaremos la psicomotricidad y coordinación.
- Cuentacuentos, animación a la lectura, fomentaremos la creatividad e imaginación de los niños, (lectura y creación de cuentos, teatro, personajes, etc).
- Juegos tradicionales y cooperativos, con los que trabajaremos la relación grupal entre iguales.
- Crear nuestros propios juegos y juguetes, estimulando la imaginación y autorrealización, al poder jugar con sus propias creaciones.

Días
Horario
Dirigido a
Lugar

Todos los días
De 16:00 a 17:00 h.
Alumnos de 1º 2º y 3º de infantil
Biblioteca 1ª planta

Predeporte

En esta actividad nos encargaremos de que los más pequeños del colegio adquieran, desarrollen y afiancen sus habilidades motrices básicas para que en años posteriores les sea de gran utilidad no sólo en el deporte sino también en su día a día.

Esta actividad puede seleccionar desde uno hasta los cinco días de la semana. En el momento de realizar la inscripción encontrarán disponibles los cinco días de la semana para que puedan elegir los días que necesiten.

Objetivos

- Desarrollo de las habilidades básicas: correr, saltar..., así como las destrezas específicas de cada deporte.
- Que el niño sea consciente de su desarrollo físico, de sus avances y mejoras, sobre todo en coordinación y equilibrio psicomotor.
- Desarrollar las capacidades de percepción, control espacial y temporal del propio cuerpo y de coordinación general.
- Concienciarles del uso de los materiales y su uso adecuado.
- Trabajar valores grupales.

Metodología

Siempre se utilizará una metodología lúdica y participativa, dejando al margen los principios de competitividad para potenciar otros valores tan importantes en el deporte como el trabajo en equipo, la cooperación y el espíritu de superación.

Se realizaran juegos y circuitos de mayor y menor dificultad, con diferentes materiales.

Días
Horario
Dirigido a
Material necesario
Lugar

Todos los días
De 16:00 a 17:00 h.
Alumnos 1º 2º y 3º de infantil
Ropa y calzado deportivo
Patio infantil

Multiactividad

Esta actividad puede seleccionar desde uno hasta los cinco días de la semana. En el momento de realizar la inscripción encontrarán disponibles los cinco días de la semana para que puedan elegir los días que necesiten.

Para los alumnos de infantil en horario de 17 a 18 horas presentamos una actividad muy variada y dinámico, con muchos cambios de actividades y cambios de escenarios, aula, patio, etc...

Será una actividad sin marcar un funcionamiento estricto como puede ser en otras actividades. Los niños llevan muchas horas en el colegio, están cansados y entendemos que, dentro de un orden y una organización, debemos de darle a elegir qué actividad entre las distintas posibilidades es la que más les apetece hacer cada día.

Días
Horario
Dirigido a
Material necesario

Todos los días
De 17:00 a 18:00 h.
Alumnos de infantil
Ropa y calzado deportivo

Tabla de actividades propuestas para el curso 2018/2019

Actividad	Días	Dirigido a	Precio
Baile moderno	Lunes y miércoles	4º 5º y 6º primaria	28€
Baile moderno	Martes y jueves	1º 2º y 3º primaria	28€
Baloncesto	Lunes y miércoles	3º 4º 5º y 6º primaria	28€
Baloncesto	Martes y jueves	1º y 2º primaria	28€
Deberes	Lunes y miércoles / martes y jueves	Alumnos de primaria	28€
Deberes 16 a 17h. + Baile 17 a 18 h.	Lunes y miércoles / martes y jueves	5º y 6º primaria	35€
Dibujo y pintura	Lunes y miércoles / martes y jueves	Alumnos de primaria	28€
Fútbol	Lunes y miércoles	1º y 2º primaria / 2º y 3º infantil	28€
Fútbol	Martes y jueves	3º 4º 5º y 6º primaria	28€
Gimnasia rítmica	Lunes y miércoles	1º 2º y 3º primaria	28€
Gimnasia rítmica	Martes y jueves	4º 5º y 6º primaria	28€
Kárate	Lunes y miércoles / martes y jueves	Alumnos de primaria	28€
Natación	Martes / viernes	Todos	49€
Patinaje	Martes y jueves	2º y 3º infantil	28€
Patinaje	Viernes	Alumnos de primaria	22€
Voleibol / Balonmano	Viernes	Alumnos de primaria	16€

Taller divercreativo 16 a 17 h. 1º 2º y 3º infantil

1 Día	2 Días	3 Días	4 Días	5 Días
16€	28€	40€	50€	58€

Predeporte 16:00/17:00 h. 1º 2º y 3º infantil

1 Día	2 Días	3 Días	4 Días	5 Días
16€	28€	40€	50€	58€

Multiactividad 17:00/18:00 h. 1º 2º y 3º infantil

1 Día	2 Días	3 Días	4 Días	5 Días
16€	26€	35€	44€	53€



Datos de contacto

Para resolver cualquier duda puede contactar con nosotros:

JAVIER SÁNCHEZ
638 158 368
dos@deporteocioysalud.com