



Colegio Blas de Lezo

Actividades extraescolares

Curso 2017/2018

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.

Futbol infantil

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.

Días

Horario

Dirigido a

Material necesario

Martes/jueves

16:00 a 17:00

Alumnos de 2º y 3º de infantil y 1º de primaria

Ropa y calzado deportivo

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

Lunes - miercoles

De 16:00 a 17:00 h.

Alumnos de 3º de infantil y 1º primaria

Ropa y calzado deportivo

Patínaje

El patínaje 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 patínaje 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 patínaje 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

Horario

Material necesario

Lunes/miercoles **alumnos de 3º de inf y 1º primaria**

Viernes **alumnos de 2º y 3º de inf y 1º primaria**

De 16:00 a 17:00 h.

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.

Judo

Es un deporte de contacto, sí, pero también es un ejercicio muy educativo para el desarrollo físico y psíquico de los niños con un trasfondo ético y filosófico muy positivo. Calificado por la Unesco como uno de los mejores deportes que pueden practicar los niños y las niñas, esta disciplina olímpica supera la noción de combate cuerpo a cuerpo para dirigirse hacia el conocimiento de uno mismo.

Para los niños es una de las actividades más divertidas que pueden practicar y para los padres uno de los deportes más saludables a los que llevar a sus hijos.

Objetivos

- Adquirir y mejorar las habilidades motrices básicas
- Adquirir las habilidades básicas para el desarrollo de la actividad
- Trabajaremos las relaciones interpersonales mediante juegos
- Trabajaremos el autocontrol mediante ejercicios básicos de judo
- Introducción a los aspectos técnicos de la actividad, mediante juegos y ejercicios.

Metodología

Buscaremos un descubrimiento guiado para la adquisición de las diferentes habilidades. La resolución de problemas ayudará a nuestros alumnos a adquirir elementos básicos de la actividad, de una forma más dinámica. Todos los objetivos que se plantean en la actividad, se desarrollarán mediante juegos.

Nuestros pequeños judocas aprenderán todo lo que este deporte les ofrece como actividad física, siempre desde la cultura que el Judo promueve, basada en el respeto y el autocontrol.

Días/grupos

Horario

Material necesario

Lunes/miércoles **alumnos de 3º de inf y 1º primaria**

Martes/jueves **alumnos de 2º de inf**

De 16:00 a 17:00 h.

Kimono o judogí. Durante el primer trimestre la actividad se podrá realizar en chandal, el kimono será obligatorio a partir del segundo trimestre.

Natación

La natación es una de las actividades deportivas más completas, y está indicada para personas de todas las edades. En este deporte se ejercitan los músculos, la coordinación motora, y el sistema circulatorio y respiratorio. Además contribuye en el desarrollo de la independencia y de la autoconfianza del niño. La natación mejora sus capacidades cardiorrespiratorias, favorece la alineación postural y beneficia su coordinación muscular, desarrollando sus capacidades sensoriales y psicomotrices.

La actividad tendrá una duración aproximada de 2h desde el momento de la salida en el colegio hasta la llegada al colegio que se realizará sobre las 18h.

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

Material necesario. Toalla o albornoz (mejor albornoz por su comodidad), chanclas, bañador y gorro de baño. Es muy importante que toda la ropa, tanto la de la piscina como la que lleven puesta esté marcada con su nombre y apellidos, así evitaremos cambios de ropa en las mochilas.

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).

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.

Días
Horario
Dirigido a
Material necesario

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

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. Entre las actividades extraescolares más demandadas por las niñas se encuentra la gimnasia rítmica.

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

Lunes/miércoles **alumnos de 1º y 2º de inf**
Martes/jueves **alumnos de 3º de inf y 1º primaria**

De 16:00 a 17:00 h.

Ropa y calzado deportivo para esta actividad sera obligatorio adquirir el maillot del grupo al final del curso

Hockey

El hockey es un deporte en el que dos equipos compiten por meter una pelota en la portería contraria con la ayuda de un bastón o stick. Es un deporte divertido y fácil de practicar además de uno de los pocos deportes que no hace distinción de sexos cuando se practica entre niños.

Objetivos

- Conocer el deporte, material, jugadores, etc...
- Comenzar a manejar el material propio del deporte así como los distintos movimientos.
- Fomentar el compañerismo y el trabajo en equipo.
- Concienciarles del buen uso del material y sus cuidados.

Metodología

- Se desarrollará en su mayor parte una metodología directa en la que se plantearán juegos y ejercicios donde se necesita la cooperación y la participación de todos los jugadores.
- Plantearemos juegos de resolución de problemas en los que haya que tomar una decisión.
- Juegos y actividades con el stick y la pelota.
- Calentamiento.
- Aprendizaje del compañerismo, trabajo en equipo, educación y saber ganar y perder.
- 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 / Grupos Dirigido a Horario Material necesario</p>	<p>Viernes alumnos de 3º de infantil y 1º de primaria De 16:00 a 17:00 h. Ropa y calzado deportivo</p>
---	---



Teatro

El teatro a través de diversas actividades y juegos en grupo o individuales, es ideal para ayudar a los niños a desarrollar el lenguaje y el movimiento, además de ejercitar la memoria y la agilidad mental. Asimismo, el teatro ayuda a superar la timidez, acerca a los niños a la lectura y les permite jugar con el mundo de la fantasía y la imaginación.

Objetivos

- Potenciar las habilidades sociales, afectivas y de relación con los compañeros.
- Iniciarse en el desarrollo de capacidades de interpretación y ponerse en el lugar de los demás a través del juego.
- Desarrollo y fomento de la expresión oral, expresión corporal, la plasticidad, el control corporal y psicomotricidad.
- Concienciarles del uso de los materiales y su cuidado.
- Viajar a mundos imaginarios, iniciarse en el teatro y sus maravillas. Sin olvidarnos, como no, de divertirnos con nuestros amigos.

Metodología

- Juegos y actividades dramáticas.
- Actividades de respiración, fonología, relajación, concentración e improvisación.
- Actividades y juegos que favorecen la expresión corporal, oral y la comunicación.
- Utilización de marionetas como recurso motivador.
- Todos los días los niños recogerán el material utilizado.

Días / grupos

Horario

Lunes - miércoles / **alumnos de 3º de inf y 1º primaria**

Martes - jueves / **alumnos de 1º y 2º y 3º de inf**

De 16:00 a 17:00 h.

Ballet

El ballet o danza clásica es un ejercicio cuyo objetivo es contar una historia únicamente con el movimiento del cuerpo. Considerado como Arte Escénica, el ballet requiere mucha concentración a nivel psíquico, además de flexibilidad, coordinación y ritmo musical a nivel físico. Por ello se recomienda que esta disciplina empiece a practicarse desde una edad muy temprana, los 3 o 4 años, que es cuando el aparato locomotor de los niños puede asimilar e interiorizar con más facilidad y soltura los movimientos y técnicas de la danza.

Objetivos

- Ayuda a ganar elasticidad
- Ejercita la coordinación, la agilidad de movimientos y el equilibrio.
- Colabora en el desarrollo muscular y la forma de la columna.
- Ayuda al desarrollo de la psicomotricidad, a la agilidad y coordinación de los movimientos.
- Permite mejorar el equilibrio y los reflejos.
- Es una buena técnica para combatir la obesidad infantil y el colesterol.
- Desarrolla la expresión corporal, el oído y la memoria.

Metodología

La metodología se basa en los juegos motores y musicales que potencian la expresión corporal de los niños, preparándolos para una futura asimilación de la técnica de ballet clásico. El ritmo, la musicalidad, la expresión, la coordinación y diversión son los ejes principales de estas clases para que con el juego aprendan sin darse cuenta los pasos y posturas del ballet junto con un desarrollo rítmico.

Días
Dirigido a
Horario
Material necesario

Lunes/miércoles
Alumnos de 2º y 3º de infantil
De 16:00 a 17:00 h.
Ropa y calzado deportivo. Para esta actividad será obligatorio adquirir el maillot del grupo al final del curso.

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

Jueves
De 16:00 a 17:00 h.
Alumnos de 2º y 3º de infantil y 1º de primaria
Ropa y calzado deportivo. Para esta actividad sera obligatorio adquirir la vestimenta del grupo al final del curso

Danza española

La danza española es uno de los estilos más completos de los que existe, ya que engloba diferentes estilos y escuelas. Entre los más conocidos destacan el folclore, el flamenco y el ballet. La danza española es el reflejo artístico de nuestra cultura, tradiciones y folclore.

Objetivos

- Ayuda a ganar elasticidad
- Ejercita la coordinación, la agilidad de movimientos y el equilibrio.
- Colabora en el desarrollo muscular y la forma de la columna.
- Ayuda al desarrollo de la psicomotricidad, a la agilidad y coordinación de los movimientos.
- Permite mejorar el equilibrio y los reflejos.
- Es una buena técnica para combatir la obesidad infantil y el colesterol.
- Desarrolla la expresión corporal, el oído y la memoria.

Metodología

La metodología se basa en los juegos motores y musicales que potencian la expresión corporal de los niños, preparándolos para una futura asimilación de la técnica de la danza española. El ritmo, la musicalidad, la expresión, la coordinación y diversión son los ejes principales de estas clases para que con el juego aprendan sin darse cuenta los pasos y posturas de la danza español junto con un desarrollo rítmico.

Días
Horario
Dirigido a
Material necesario

Martes
De 16:00 a 17:00 h.
Alumnos de 2º y 3º de infantil y 1º de primaria
Ropa y calzado deportivo. Para esta actividad será obligatorio adquirir la falda, los tacones y el maillot para el último trimestre.

Tenis

El tenis es un deporte que cada día tiene más seguidores. Es una actividad muy completa recomendada para niños.

El tenis es una disciplina que favorece el desarrollo físico de los niños, al mismo tiempo que fomenta su socialización. Además de divertir, socializar y educar, el tenis fortalece y tonifica la musculatura de los niños y desarrolla su psicomotricidad y coordinación.

Objetivos

- Aprender los golpes básicos y desarrollar las destrezas y habilidades básicas del tenis.
- Familiarizar al alumno con la pelota, la raqueta y el campo de juego.
- Mejorar la percepción óculo-manual, espacio-temporal y las habilidades motrices básicas.
- Aprender Tenis de forma recreativa..
- Conocer, aprender y respetar las normas de juego y el reglamento básico del tenis.
- Concienciar del uso de los materiales y su cuidado.
- Mejorar las relaciones interpersonales de los alumnos.

Metodología

- Juegos y actividades con raqueta y sin raqueta.
- Utilización de pelotas blandas, sin presión y de diferentes tamaños permitiendo al alumno poder golpear y lanzar más fácilmente.
- Aprendizaje de los valores de este deporte como: compañerismo, trabajo en equipo, respeto y saber perder y ganar.
- Saber utilizar el material que tenemos y para qué sirve en todas los juegos y ejercicios.
- Valorar el juego como un medio para realizar actividad física, como medio de disfrute, de relación y como recurso para aprovechar el tiempo libre.

Días
Horario
Dirigido a
Material necesario

Viernes
De 16:00 a 17:00 h.
Alumnos de 3º de infantil y 1º de primaria
Ropa y calzado deportivo además de raqueta de tenis.

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.

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

Todos los días
De 16:00 a 17:00 h.
Alumnos de infantil



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.

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

Días
Horario
Dirigido a
Material necesario

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

Tabla de actividades propuestas para el curso 2017/2018

Actividad	Días	Dirigido a	Precio
Baile moderno	Jueves	2º y 3º infantil y 1º primaria	16€
Ballet	Lunes-miercoles	2º y 3º infantil	28€
Baloncesto	Lunes-miercoles	3º infantil y 1º primaria	28€
Danza española	Martes	2º y 3º infantil y 1º primaria	16€
Escuela de Gimnasia rítmica	Viernes	3º infantil y 1º primaria	16€
Fútbol sala	Martes-jueves	2º y 3º infantil y 1º primaria	28€
Gimnasia rítmica	Lunes-miercoles	1º y 2º infantil	28€
Gimnasia rítmica	Martes-jueves	3º infantil y 1º primaria	28€
Hockey *	viernes	3º infantil y 1º primaria	16€
Judo	Lunes-miercoles	3º infantil y 1º primaria	28€
Judo	Martes-jueves	2º infantil	28€
Minibasket	Lunes-miercoles	2º infantil	28€
Natación	Martes	Todos	49€
Natación	Miercoles	Todos	49€
Patinaje	Lunes-miercoles	3º infantil y 1º primaria	28€
Patinaje	Viernes	2º y 3º infantil y 1º primaria	16€
Teatro	Lunes-miercoles	3º infantil y 1º primaria	28€
Teatro	Martes-jueves	3º infantil y 1º primaria	28€
Teatro	Martes-jueves	1º y 2º infantil	28€
Teatro	Viernes	Todos	16€
Tenis *	Viernes	3º infantil y 1º primaria	16€

* Novedades 2017/2018

Taller divercreativo Todos los cursos					
1 Día	2 Días	3 Días	4 Días	5 Días	
16€	26€	35€	44€	53€	

Predeporte 1º y 2º infantil					
1 Día	2 Días	3 Días	4 Días	5 Días	
16€	28€	40€	50€	58€	

Multiactividad 17:30/18:00 h. Todos los cursos					
1 Día	2 Días	3 Días	4 Días	5 Días	
8€	13€	17€	22€	26,5€	

Multiactividad 17:30/18:30 h. Todos los cursos					
1 Día	2 Días	3 Días	4 Días	5 Días	
16€	27€	37€	47€	55€	



Datos de contacto

Para resolver cualquier duda puede contactar con nosotros a través de los siguientes teléfonos:

Isabel **606 136 115**
Beatriz **677 278 429**

o del correo electrónico

bdl@deporteocioysalud.com