

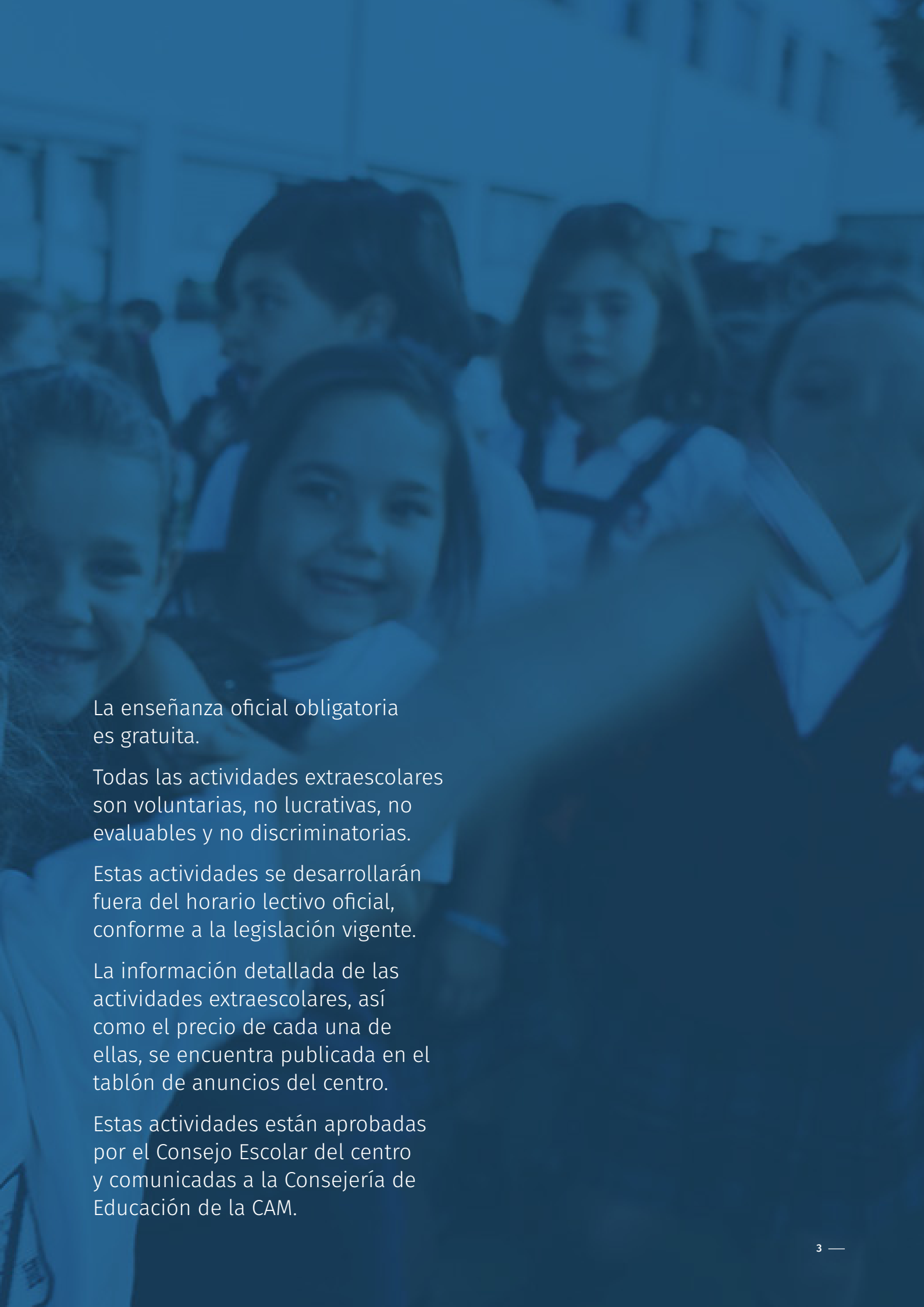
Actividades extraescolares

Colegio Montesclaros



english piano pintura
guitarra judo
psicomotricidad





La enseñanza oficial obligatoria es gratuita.

Todas las actividades extraescolares son voluntarias, no lucrativas, no evaluables y no discriminatorias.

Estas actividades se desarrollarán fuera del horario lectivo oficial, conforme a la legislación vigente.

La información detallada de las actividades extraescolares, así como el precio de cada una de ellas, se encuentra publicada en el tablón de anuncios del centro.

Estas actividades están aprobadas por el Consejo Escolar del centro y comunicadas a la Consejería de Educación de la CAM.

Índice 5

Carta de la dirección del centro	6
.....	
Normas generales	7
.....	
Actividades extraescolares	8
.....	
Deportivas	9
.....	
Artísticas	12
.....	
Idiomas	16
.....	
Tecnológicas	18
.....	



CARTA DE LA DIRECCIÓN DEL CENTRO

El Plan de Actividades Extraescolares está enfocado como complemento de la actividad física e intelectual y el desarrollo personal de los alumnos. Con el fomento de estas actividades buscamos facilitar el desarrollo integral de cada uno de nuestros estudiantes, todo ello transmitiendo en todo momento los valores propios del ideario del colegio.

La elección dependerá en gran medida del nivel de actividad de cada alumno, así como de su edad. No se trata de un trabajo extra, sino de un momento lúdico formativo al que dedicarán su tiempo libre, por tanto, habrá que valorar que no terminen agotados. Llevadas y elegidas en su justa medida, representan un alivio de las tensiones que los niños traen del horario lectivo, lo cual repercute en un sano equilibrio físico y emocional.

La clave para que sea un éxito es que se diviertan y, sea cual sea la decisión que se tome, las actividades extraescolares ayudarán a fomentar en los niños la integración en un nuevo grupo, el conocimiento y el desarrollo corporal, el sentido rítmico, la estructuración espacial y temporal, la coordinación dinámica general, el espíritu de iniciativa o la condición física.

Atentamente,

Paloma Mateos

Directora Colegio Montesclaros

NORMAS GENERALES DE LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

- 1 Todas las **comunicaciones** relacionadas con las actividades extraescolares se dirigirán a: extraescolares@colegiomontesclaros.es
- 2 Se establecerá un **número de alumnos mínimo** que deben inscribirse para asegurar el desarrollo de cada una de las actividades.
- 3 Tanto los horarios como las edades de los grupos son **susceptibles de modificación** por motivos de organización.
- 4 Las **plazas** de los diferentes grupos de cada actividad están **limitadas** y se asignarán por riguroso orden de inscripción. Tendrán preferencia los alumnos inscritos en esa misma actividad el curso anterior.
- 5 Para formalizar el alta deberá solicitarse y entregarse firmado el modelo de inscripción en la **secretaría del centro** o a través de la **APP Educare**.
- 6 Todas las bajas se solicitarán por medio de correo electrónico o a través de la APP Educare. Las bajas sólo podrán realizarse a final de trimestre.
- 7 Todas las actividades se cobrarán por trimestre completo, en caso de alta en un trimestre ya iniciado se cobrarán los meses restantes.
- 8 En el horario de tardes, al finalizar la actividad, todos los alumnos que no hayan sido recogidos pasarán al servicio de permanencia.
- 9 En las actividades deportivas será obligatorio vestir el uniforme deportivo del Colegio, salvo en las actividades que necesiten otro tipo de indumentaria específica.
- 10 Los responsables de cada actividad informarán, si fuese o no necesario, sobre el uso de material específico para el desarrollo de la actividad extraescolar.
- 11 Todas las actividades comenzarán en octubre y finalizarán en junio.
- 12 Cualquier actividad organizada por el Departamento de Actividades Extraescolares se regirá por las presentes Normas Generales y las particulares de cada actividad.

The background image shows a tennis court with a red overlay. In the foreground, a person with short blonde hair, wearing a white polo shirt and dark shorts with a red stripe, is smiling and looking towards the right. In the background, another person is visible, also in similar attire, walking. The text is overlaid in the center of the image.

DEPORTIVAS
ARTÍSTICAS
IDIOMAS
TECNOLÓGICAS

PROGRAMA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES DEPORTIVAS



Voleibol

El objetivo principal de esta escuela es divertirse aprendiendo este deporte y fomentar sus valores propios, ya que se trata de un deporte de equipo, pero no existe un contacto físico directo con el equipo contrario.

Se formarán equipos en todas las categorías posibles con el objetivo de conocer los principios y valores de la competición, además de divertirse compartiendo un deporte con los compañeros y compañeras.

Alumnos: desde 1º de Primaria

Material: chándal del Colegio

Judo

El Club Judo Montesclaros trabaja en colaboración con el "Grupo Ippon". Nuestra escuela pretende despertar el interés de los alumnos en este arte marcial tan popular. A su vez, se irá formando a los alumnos para que puedan conseguir los diferentes cinturones de forma progresiva.

Alumnos: desde Infantil hasta Primaria

Material: yudogui



Gimnasia rítmica



La gimnasia rítmica es una disciplina que combina elementos de gimnasia, ballet y danza. Por esto mismo, con esta actividad vamos a tratar de que los alumnos consigan cada vez más fluidez en estos tres ámbitos. Al tiempo que tratamos de mejorar determinados aspectos como la expresión corporal, la flexibilidad y la coordinación, trataremos de que nuestros alumnos crezcan como personas, se relacionen entre ellos y aprendan a trabajar, tanto en equipo como individualmente. Nuestro objetivo final es que nuestros alumnos conozcan la técnica de este deporte y disfruten realizando una actividad física.

Alumnos: E. Infantil y 3º de Primaria

Patinaje

La actividad de patinaje está basada en la adquisición de las habilidades básicas de esta disciplina y en el perfeccionamiento técnico, siempre bajo un enfoque lúdico y divertido que haga de esta actividad una excusa perfecta para la práctica de ejercicio físico y deporte.

Alumnos: E. Infantil y E. Primaria



Rugby

Mediante la participación y el entrenamiento estructurado, el Rugby desarrolla las destrezas mentales clave del autocontrol, la concentración, la disciplina, la toma de decisiones y el liderazgo. Esas importantes destrezas trascienden todos los aspectos de la vida diaria.

Alumnos: Primaria

Fútbol

Los deportes de equipo que se juegan con pelota, como el fútbol, son una actividad extraescolar ideal para aquellos niños que además de ser muy activos, tienen facilidad para socializar con sus compañeros. Aun así, los deportes de grupo también son muy recomendables para aquellos niños un poco más reservados y tímidos, ya que gracias al contacto regular con otros niños pueden entrenar sus habilidades sociales e incluso llegar a reducir su timidez. Los deportes de equipo que se juegan con un balón son divertidos, conllevan una buena dosis de ejercicio físico y promueven el espíritu de equipo.

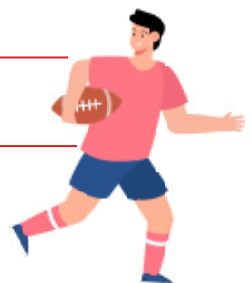
Alumnos: 3º Infantil y Primaria

Duatlón

Al ser un entrenamiento combinado, obtenemos beneficios combinados:

1. Se huye de la rutina. Los corredores corren y los ciclistas montan en bicicleta, pero el duatlón permite cambiar de actividad cada pocos kilómetros.
2. Potencia la salud: muscular, cardíaca, respiratoria, circulatoria... es tremendamente potente para adquirir fondo y afrontar cualquier otra actividad física. Además, baja el colesterol y mejora la flexibilidad del cuerpo en general.
3. A nivel mental: descarga adrenalina, relaja y despeja la mente.
4. En lo social: el duatlón posibilita el conocer gente y lugares nuevos, tanto en entrenamientos como en competición. Además, es un deporte de ayuda porque, sobre todo, se compite con uno mismo, no con el compañero.
5. En lo personal: un duatlón es un desafío personal. Terminarlo o terminarlo en un tiempo determinado es una meta.

Alumnos: Desde 5º Primaria a 2º ESO



Gimnasia acrobática



La gimnasia acrobática es una disciplina basada en rutinas que deben presentar giros, saltos y muestras de equilibrio y flexibilidad, que fomenta el sacrificio y la capacidad de concentración, así como el trabajo en equipo. Nuestro objetivo final es que nuestros alumnos conozcan la técnica de este deporte y disfruten realizando una actividad física.

Alumnos: 2º y 3º de Infantil y de Primaria

Badminton

Se trata de un deporte de raqueta con una dinámica similar a la del tenis. Dos jugadores o dos parejas se enfrentan en una pista rectangular dividida por una red pasando un volante (que hace las veces de pelota), de un lado al otro. La orientación, la percepción del espacio y la gravedad, pero también el equilibrio y la coordinación, son otras de las habilidades que se potencian con la práctica del bádminton.

Alumnos: Primaria

Ping Pong



Inculcar el deporte escolar es siempre positivo y recomendable, pero hay deportes especialmente beneficiosos para los niños, y uno de ellos es el tenis de mesa. Este deporte ayuda a que los niños desarrollen y estimulen sus reflejos y su coordinación, al tiempo que favorece su concentración, ya que deberán estar en todo momento pendientes de la pelota y de los movimientos de sus contrincantes. Por este mismo motivo, el Ping Pong también ayuda a que los niños mejoren su agilidad visual. Además, exige a los jugadores tener que tomar decisiones constantemente y muy rápidas, por lo que les hace mejorar su agilidad mental, la capacidad de reacción y el rendimiento intelectual. Es un deporte ideal para desarrollar la motricidad corporal, especialmente de las manos, brazos y pies.

Alumnos: Primaria

Baloncesto

Los deportes de equipo que se juegan con pelota, como el baloncesto, son una actividad extraescolar ideal para aquellos niños que además de ser muy activos, tienen facilidad para socializar con sus compañeros. Aun así, los deportes de grupo también son muy recomendables para aquellos niños un poco más reservados y tímidos, ya que gracias al contacto regular con otros niños pueden entrenar sus habilidades sociales e incluso llegar a reducir su timidez. Los deportes de equipo que se juegan con un balón son divertidos, conllevan una buena dosis de ejercicio físico y promueven el espíritu de equipo.

Alumnos: Primaria



DEPORTIVAS
ARTÍSTICAS
IDIOMAS
TECNOLÓGICAS

PROGRAMA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES ARTÍSTICAS

Piano

El aprendizaje de un instrumento musical pasa por el aprendizaje del lenguaje musical. En esta actividad se trabaja en la adquisición de la técnica correcta a la hora de tocar el piano y, además, en la lectura de las partituras seleccionadas en función de los gustos y el nivel de los alumnos/as.

Las clases son de 30 minutos y existen dos posibilidades: **dúo** (donde la clase se realiza en parejas) e **individual**.

Alumnos: E. Primaria

Coro

La música es una forma de comunicación, y en el coro escolar los alumnos participantes tienen la oportunidad de establecer vínculos de amistad y compañerismo. Una actividad en la que los niños también ejercitan el diálogo, la empatía y las habilidades sociales.

Alumnos: 3º Infantil y primaria



Guitarra / Ukelele Batería

La interpretación musical contribuye a la estimulación y desarrollo de la creatividad, la motricidad, la memoria, el hábito de estudio y la expresión social, entre otros. Teniendo en cuenta estas posibilidades, los alumnos aprenderán a tocar este instrumento según sus capacidades técnicas y sus conocimientos musicales previos. El repertorio será amplio y adaptado a las edades e intereses artísticos de los alumnos.

Con esta actividad buscamos estimular el cerebro, afinar la destreza auditiva y desarrollar la capacidad para escuchar por parte del alumno.

Los grupos se formarán a partir del nivel y de la edad y, en función de esto, se confeccionará el horario.

Alumnos: E. Primaria

Circo

El circo nos permite acercar a los niños a objetos y elementos nuevos explorando sus cualidades y características, así como emprender el reconocimiento de su entorno próximo, la cultura y la vida en sociedad. Los juegos circenses contribuyen al desarrollo de habilidades y capacidades como la coordinación, concentración, percepción kinestésica, percepción espacio- temporal, equilibrio, fuerza, velocidad de reacción, ritmo, etc.

Alumnos: 3º Infantil y primaria



Pintura

EL “Taller de Pintura Montesclaros” pretende descubrir los grandes artistas que nuestros alumnos llevan dentro. Se trata de una actividad de iniciación, en la que los participantes desarrollan la creatividad e imaginación realizando sus propias pinturas. No es necesario tener conocimientos previos, solo interés y deseos de divertirse y expresarse a través del arte y la creación artística.

Alumnos: E. Primaria



Teatro

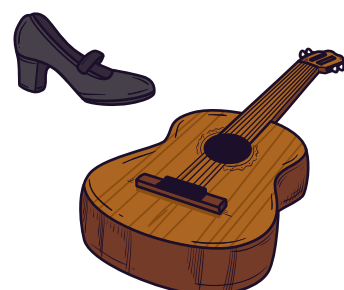
La práctica de teatro en niños estimula (aún más) su imaginación y ayuda al desarrollo de sus capacidades expresivas. Para los niños más tímidos, puede hacer que aprendan a soltarse, e incluso mejorar sus habilidades sociales, potenciando su autoestima y seguridad en sí mismos.

Alumnos: E. Primaria

Ballet y Flamenco

La Danza Clásica o Ballet constituye la base de la mayor parte de danzas con su técnica de colocación y de base, las cuales se vuelven a encontrar en la danza jazz, contemporáneo y otros estilos. Con la técnica clásica se tiene como objetivo mejorar la calidad de movimiento y el control de la misma a la hora de desarrollar ejercicios de movimiento; el aprendizaje del vocabulario técnico, la realización de movimientos y la adquisición de la expresión artística a partir de lo aprendido. Esta clase trabaja la técnica tanto de barra como de centro, colocación del cuerpo, el “endhors” y la coordinación de pies y brazos dentro de la técnica adquirida.

Alumnos: Primaria y 2º y 3º de Infantil



A young girl with blonde hair and a red bow, wearing a striped shirt, is smiling and holding a sign that says "BLACKBOARD". She is in a classroom with other children and colorful decorations in the background. The entire image has a warm orange tint.

DEPORTIVAS
ARTÍSTICAS
IDIOMAS
TECNOLÓGICAS

PROGRAMA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES DE IDIOMAS



Inglés Cambridge

El aprendizaje del inglés está cobrando una importancia capital en nuestra sociedad actual. Esta actividad quiere ayudar a aquellos alumnos que necesitan un impulso en su aprendizaje basándose en una pedagogía que se adapta al nivel y necesidades de cada uno, marcando como objetivo la consecución de los exámenes oficiales de Cambridge.

Alumnos: E.S.O.



DEPORTIVAS
ARTÍSTICAS
IDIOMAS
TECNOLÓGICAS

PROGRAMA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES TECNOLÓGICAS

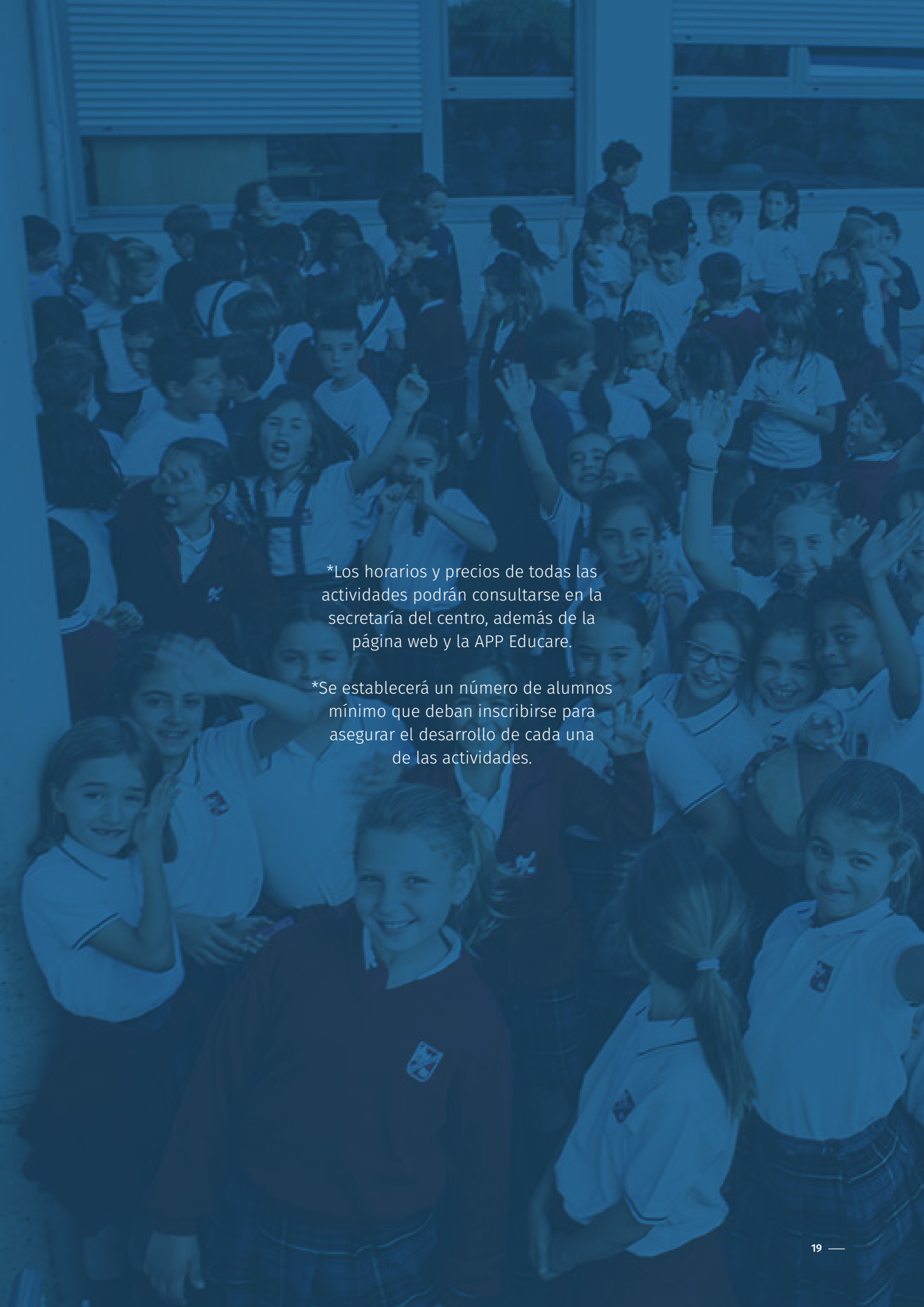
Robótica

La propuesta de la actividad de robótica para la etapa de Infantil trata de introducir el mundo de la programación a los más pequeños de nuestro colegio. Se plantea buscando la generación de entornos de aprendizaje basados principalmente en la iniciativa y la actividad de los estudiantes.

Está diseñada para que los diferentes grupos de edad trabajen de manera individualizada y adaptada al ritmo de aprendizaje de cada alumno. Las herramientas utilizadas son: LEGO máquinas simples, LEGO máquinas técnicas, LEGO WeDo, BeeBot y Scratch Junior.

Alumnos: Primaria



A large group of school children, mostly girls, are gathered in a schoolyard. They are wearing school uniforms, including white shirts and dark skirts or trousers. Many of the children have their hands raised in the air, and they are all smiling and looking towards the camera. The background shows a school building with windows and a fence. The entire image has a blue tint.

*Los horarios y precios de todas las actividades podrán consultarse en la secretaría del centro, además de la página web y la APP Educare.

*Se establecerá un número de alumnos mínimo que deban inscribirse para asegurar el desarrollo de cada una de las actividades.





COLEGIO EDUCARE

Montesclaros

Av. de los Plantíos, 3
28412, Cerceda, Madrid
T. 91 842 02 69 | F. 91 842 02 89
www.colegiomontesclaros.es

Síguenos en:



Ilustraciones: Freepik.com