



**Colegio
Mantellate**
GRUPO ACERCA

**ACTIVIDADES
EXTRAESCOLARES
2026 - 2027**



EXTRAESCOLAR GIMNASIA RÍTMICA

La gimnasia rítmica es una disciplina deportiva que combina elementos de ballet, gimnasia y danza, así como el uso de diversos aparatos como la cuerda, el aro, la pelota, las mazas y la cinta.

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Mejorar las coreografías necesarias para cada disciplina deportiva. 2. Mejorar distintos tipos de movimientos, giros y saltos en distintos planos y con distintos materiales que se producen en estas modalidades deportivas. 3. Aprender las distintas modalidades y aparatos de competición, mazas, pelota, aro y cinta.	- Técnica corporal básica. - Técnica específica. - Técnica instrumental.
METODOLOGÍA	
La metodología será dinámica y participativa, haciendo que el alumnado participe de las clases mediante juegos, canciones, puntos, coreografías para que el aprendizaje sea eficaz sin ser pesado y aburrido.	



EXTRAESCOLAR INGLES INFANTIL

Durante el curso se facilita una primera toma de contacto significativa, divertida, dinámica, participativa y atractiva para con la lengua inglesa, trabajando el idioma desde una perspectiva comprensiva y expresiva, invitando al colectivo de estudiantes a que tomen participación para la adquisición y desarrollo de habilidades fonéticas (escucha y habla). Además, se pone el énfasis en la comprensión de conceptos y frases sencillas para establecer una buena base de aprendizaje que sirva para futuros niveles

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Familiarizarse con una lengua extranjera. 2. Relacionarse con el vocabulario y expresiones presentes en su vida cotidiana. 3. Entender mensajes orales breves relacionados con el contexto más próximo al alumnado: nombre, tiempo atmosférico, familia, objetos del colegio y de la casa, etc. 4. Adquirir nuevos conocimientos a través del "juego" suscitando su interés y motivación. 5. Empezar a dar respuestas verbales y no verbales a los mensajes que recibe en inglés. 6. Aplicar, de forma oral, las expresiones y vocabulario adquiridos en el contexto correspondiente.	El proceso de adquisición de una lengua extranjera en Educación Infantil requiere del empleo de expresiones sencillas pero precisas, con el que llegar a su entorno más próximo. Para ello, no solo es necesario la enseñanza de un vocabulario específico sino también la construcción de oraciones simples que den paso al aprendizaje de dicho vocabulario y expresiones inglesas. Es por eso que, se utilizan: • Rutinas en clase. Es importante trabajar por prácticas repetidas, estas le permiten al alumnado adquirir control sobre los acontecimientos que se suceden, además de adquirir ciertos hábitos, comportamientos y normas sociales. Es por eso, que las sesiones se dividen en tres partes: - Saludo inicial - Parte principal - Despedida • Actividades cortas y dinámicas. Debido a la escasa capacidad de mantenimiento de la atención y concentración en esta etapa educativa (2-3 años: 10 minutos; 3-4 años: 15 minutos y 5-6 años: 20 minutos). De ahí la necesidad de llevar a cabo diversas actividades rápidas y de duración corta, con el fin de captar y mantener su atención desde el inicio hasta el fin de la sesión. Extrayendo los máximos beneficios del proceso de enseñanza-aprendizaje.

	• La música y el juego vinculados al aula de inglés. • Comunicación oral. De manera transversal a todas las sesiones, se recurre al siguiente vocabulario de gran utilidad para diferentes momentos, situaciones y contextos de la vida diaria
METODOLOGÍA	
Los contenidos se trabajan mediante las siguientes actividades: - Literatura. - Manualidades. - Vídeos y canciones. - Actividades dinámicas en el aula: Juegos, canciones, <i>flashcards</i> y fichas que refuercen los contenidos (estas últimas son un material de soporte para afianzar los contenidos impartidos y terminar de asimilarlos, en ningún momento son consideradas como el eje central y/o motor de aprendizajes en esta extraescolar). Cada mes se trabajan unos contenidos determinados relacionados con la temática del bloque en el que se esté, de una manera acumulativa y formativa, para que a final de curso se repasen todos los contenidos dados hasta el momento en las diferentes actividades llevadas a cabo durante el mismo. Es necesario recordar lo aprendido en meses anteriores para no olvidarlo, ya que en el aprendizaje de las lenguas prima la necesidad de no olvidar lo aprendido, sino incorporarlo a la memoria a largo plazo para poder utilizarlo cuando sea necesario.	

El curso se divide en tres bloques temáticos que corresponden a las estaciones del año:





EXTRAESCOLAR INGLES PRIMARIA

OBJETIVOS
• El objetivo principal es que los alumnos/as adquieran competencia comunicativa en inglés. • Familiarizarse con una lengua extranjera, tanto escuchado como hablado. • Relacionarse con el vocabulario y expresiones presentes en su vida cotidiana. • Entender mensajes orales breves relacionados con el contexto más próximo al alumnado: nombre, tiempo atmosférico, familia, objetos del colegio y de la casa, etc. • Adquirir nuevos conocimientos a través del “juego” suscitando su interés y motivación. • Empezar a dar respuestas verbales y no verbales a los mensajes que recibe en inglés. • Aplicar, de forma oral, las expresiones y vocabulario adquiridos en el contexto correspondiente.
PROGRESIÓN METODOLÓGICA Y CONTENIDOS
En función de las edades de los alumnos y grupos se trabajarán unos contenidos u otros, a través de actividades lúdicas, motivadoras y participativas. Se trabaja a través del juego, con fichas, con material audiovisual. Reforzando los contenidos curriculares y ampliando los mismos, haciendo especial hincapié en la parte oral. Trabajarán las diferentes partes • Listening • Speaking • Reading • Grammar
Esta metodología está centrada en un enfoque comunicativo, activo y lúdico, diseñado para que el alumnado adquiera y desarrolle sus competencias lingüísticas en inglés de forma natural, motivadora y contextualizada a su entorno cotidiano.



EXTRAESCOLAR JARDÍN MUSICAL

Todos los niños y niñas son intrínsecamente musicales, la comunicación en los primeros años de vida es sonora, basada en elementos musicales; tono, intensidad, ritmo. La música favorece por completo el formar parte de todo este proceso.

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Desarrollar el oído interno 2. Favorecer la entonación 3. Facilitar el desarrollo de la memoria 4. Interiorizar el ritmo 5. Proporcionar orden, serenidad 6. Ayudar al desarrollo de las capacidades motrices 7. Ayudar al niño/a a tomar conciencia de su cuerpo 8. Fomentar la percusión corporal 9. Aprender jugando	-Canción infantil y la entonación. -Conciencia crítica y musical. -Música y movimiento -Danzas y bailes
METODOLOGÍA	
Se trabajará a través de la secuenciación. Presentación Canción popular. Concepto sonoro musical Música y movimiento Música creativa Juegos y danza	

EXTRAESCOLAR ARCO ÍRIS



Con esta actividad multidisciplinar pretendemos que el colectivo infantil se divierta y potencien su fantasía y su tendencia creadora utilizando su propio cuerpo, para así, mejorar numerosos aspectos de su desarrollo, a nivel físico y emocional. Este entretenimiento le da la oportunidad de expresar su mundo interior y de canalizar su estado anímico y sus sentimientos de un modo positivo, ya que hay niños/as que les cuesta exteriorizarlos con palabras, desarrollando así su autoestima, forjando una personalidad creativa e inventiva, por tanto, desarrollan habilidad para resolución de conflictos.

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Estimular los sentidos del colectivo infantil a través de ejercicios de manipulación e indagación. 2. Potenciar un gusto hacia la animación lectora, acompañado de una sensibilidad hacia dicha actividad. 3. Expresar las emociones, sentimientos, pensamientos y sensaciones a través de técnicas y ejercicios musicales, plásticos y corporales. 4. Potenciar el trabajo cooperativo entre iguales en edad y entre miembros del colectivo infantil de diferentes tramos educativos.	- Conocimientos y concienciación del propio cuerpo humano, del propio y del resto. - Los sentidos como vehículo para comprender la realidad y concienciarse de la identidad propia. También como medio de conexión con el entorno - La lectura como recurso para conocer la realidad, deformarla, imaginarla y repensarla. - Las emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, asco, rabia y amor.
METODOLOGÍA	
En términos generales, la metodología estará basada en el concepto del aprendizaje por descubrimiento y del aprendizaje significativo. Las actividades que se propongan se adaptarán en todo momento al nivel madurativo y cognitivo de cada alumno incluyendo a los alumnos con dificultades significativas de aprendizaje. También se potencian unos aprendizajes que permitan la estimulación temprana de los sentidos y las emociones del grupo de estudiantes. Se realizarán actividades plásticas, cuentacuentos, danzas y bailes.	



EXTRAESCOLAR MULTIDEPORTE

Multideporte significa muchos deportes, y ahí se encuentra la esencia de la actividad. Gracias a la práctica de múltiples y variados juegos y actividades lúdicas pre-deportivas facilita al participante la adquisición de una amplia base de esquemas motrices que le servirán de iniciación para, en un futuro, comenzar el aprendizaje de cualquier tipo de deporte, de pelota y balón como el fútbol o el baloncesto, de pista dividida como el tenis y el voleibol, individual como el atletismo o la gimnasia rítmica, etc. La actividad, tiene su base en la psicomotricidad, donde se trabaja el esquema corporal, la lateralidad, las nociones espacio-temporales y capacidades como la coordinación y el equilibrio. A partir de ahí, podemos empezar a practicar las habilidades motrices básicas, como correr, saltar, girar, etc. que se encuentran presentes en cualquier deporte. Así, nos encontramos más cerca de las habilidades motrices específicas, que son las que propiamente componen un deporte, como lanzamientos, recepciones, golpes, etc., y son el siguiente paso a realizar.

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. INICIAR o afianzar a los alumnos en el hábito deportivo, conociendo los beneficios y aportaciones que conlleva la realización de ejercicio físico. 2. ADQUIRIR destrezas motoras propias de la práctica deportiva como son la coordinación y el equilibrio de manera estática o en movimiento. 3. PRACTICAR los deportes aprendidos, y trazar estrategias conjuntas de juego para afianzar el conocimiento de dichos deportes, sus reglamentos y normativas. 4. PROMOVER el deporte como una actividad física enriquecedora que se aleja de los cánones habituales de competitividad y enfrentamiento con los demás. 5. APRENDER a disfrutar de la actividad deportiva desde la promoción de los valores positivos inherentes a la	- CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTO. Reforzando la importancia de una buena entrada en calor y un estiramiento como base para prevenir lesiones y mejorar el estado físico. - FUNDAMENTOS TÉCNICOS. Fomentando la interiorización de la parte más técnica de los deportes que se trabajan a lo largo del curso. A través de ejercicios y juego grupales, explicación y práctica de dichos fundamentos. - HABILIDADES BÁSICAS. Reforzando habilidades como la coordinación, manejo, recepción, golpeo de objetos y la organización espacio-temporal. - VALORES DEL DEPORTE. Remarcando los valores universales que se adquieren a través de la práctica de deportes grupales e individuales, como, por ejemplo: el compañerismo, el sentimiento de grupo y la superación personal.

práctica deportiva: afán de superación, trabajo en equipo, perseverancia, etc.	- JUEGOS. Resaltando la importancia de esta herramienta lúdica, acercamiento de los juegos tradicionales como medio de integración y diversión. - MATERIAL. Aprendiendo la importancia que tiene el material de cada deporte, su cuidado, limpieza y uso, así como la cantidad de posibilidades que tiene su manejo en juegos y ejercicios.
METODOLOGÍA	
La secuenciación de los contenidos hace que cada aprendizaje parta de uno anterior, o de las experiencias previas de los alumnos, para que el alumno construya sus propios aprendizajes. Así, estableciendo relaciones entre las experiencias previas y los nuevos aprendizajes, y enmarcando éstos en un contexto normalmente lúdico, los dotaremos de un significado y una aplicación práctica para el niño, ya que el juego constituye para él un aprendizaje natural y espontáneo. Para ayudar a los procesos cognitivos, realizaremos actividades que promuevan la indagación, experimentación, descubrimiento y resolución de problemas, dejaremos que el alumnado tome decisiones, que en todo momento sepan qué están haciendo y porqué, e incitaremos a la reflexión durante todo el proceso. La metodología propiamente dicha será variada y flexible, incorporando diversos procedimientos que se ajusten a las tareas y a las diferentes condiciones personales o grupales, permitiendo, además, diferentes tipos de agrupamientos.	

EXTRAESCOLAR ROBÓTICA CON LEGO WEDO



OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Brindar los contenidos necesarios para que los alumnos que se encuentran alejados de los adelantos tecnológicos no queden aún más desplazados en su capacitación de un futuro cada vez más tecnificado. 2. Describir qué es un robot, qué papel tienen en nuestra sociedad y en el entorno educativo. 3. Reconocer los componentes básicos de un robot y su funcionamiento. 4. Fomentar el desarrollo de un amplio abanico de habilidades incluidas como: ciencia, tecnología y matemáticas. 5. Enseñar de forma innovadora las materias de ciencia, tecnología y matemáticas. 6. Aprender herramientas para desarrollar la inteligencia lógico-matemática. 7. Desarrollar nuevas habilidades y competencias básicas para dar respuestas al entorno dinámico del mundo actual.	- Qué es la robótica. Definición. Clases de robots. - Por qué la robótica - Funcionamiento. Motores y sensores. - Las aplicaciones que tienen los robots. - Las herramientas en torno a la robótica. - Tipo de plataformas de robótica educativa para el aula. - Programación y construcción con LEGO WEDO. - Programación y diseño de videojuegos con scratch.
METODOLOGÍA	
Alternancia de las sesiones teóricas con las prácticas en las que quienes participan desarrollan los contenidos y actividades propuesta para cumplir con los objetivos marcados. La evaluación formativa está implícita dentro de la metodología puesto que el correcto desarrollo de las pruebas propuestas y el grado de desarrollo de las mismas son pruebas evidentes del logro de objetivos alcanzados. También registrando la implicación, participación, desarrollo, facilidad del trabajo en equipo, liderazgo, asimilación, contenidos, aplicación de contenidos científicos transversales y de las habilidades trabajadas con los objetivos logrados. Se trabajará por equipos, donde todos los alumnos realizarán los diferentes roles rotando entre ellos, programador, montaje y técnico.	



EXTRAESCOLAR KARATE (infantil, 1º y 2º de primaria)

El Karate es un arte marcial de gran tradición e historia, una disciplina donde los objetivos que engloban el desarrollo y los valores, son tan importantes como aquellos que recogen la evolución física y técnica. El Karate no es un deporte violento, el objetivo siempre es la defensa, y no debe aplicarse en un entorno que no sea las clases o las competiciones. Este aspecto lo recalcamos siempre a lo largo de todo el curso. Los alumnos podrán optar a federarse para conseguir el cinturón oficial, acorde a sus conocimientos.

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Objetivos de desarrollo personal, destacamos la importancia del respeto (tanto a los compañeros/as como al maestro/a); el autocontrol y el trabajo en equipo, entre otros. 2. Objetivos físicos, varían según la edad de los alumnos. Con los más pequeños tratamos de incidir en la coordinación y la psicomotricidad. Por otra parte, con los que ya poseen una mayor capacidad física, reforzamos las cualidades ya adquiridas y tratamos de desarrollar la fuerza, flexibilidad, elasticidad, resistencia, etc. 3. Objetivos técnicos son los que comprenden los gestos y movimientos propios del Karate. Varían según la edad y nivel de los alumnos. El aprendizaje en todo caso será progresivo, añadiendo dificultad conforme se vayan asentando los conceptos.	-Técnicas básicas que aumentan la dificultad progresivamente conforme se avanza en grado. -Kihon: trabajo de técnicas, posiciones y movimientos, destinado al perfeccionamiento de las mismas. -Katas: conjunto de técnicas y posiciones preestablecidos que simulan un combate contra un oponente imaginario. -Kumite: es la parte dedicada al combate contra un adversario, siempre desde el control y trabajando con una distancia prudente.
METODOLOGÍA	
En cuanto a la metodología, se incluyen técnicas tanto directivas como no directivas para el desarrollo de las sesiones. Las técnicas directivas se emplearán en la enseñanza de nuevas técnicas y movimientos que atañen cierto grado de dificultad. En cuanto a las no directivas, es decir, técnicas de aprendizaje por descubrimiento, se emplearán en los casos en que los alumnos puedan deducir y razonar, a partir de los conocimientos ya adquiridos, ciertos gestos o transiciones. Cabe destacar también que en todas las clases se procurará que haya un componente lúdico, sobre todo al inicio de las sesiones (calentamiento).	

EXTRAESCOLAR KARATE (3º a 6º de primaria)



OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Aumentar el conocimiento sobre el propio cuerpo. 2. Favorecer la coordinación y la orientación espacio/temporal. 3. Aumentar la conciencia sobre el cuerpo y la mente en su conjunto. 4. Desarrollar valores como el respeto hacia los demás y hacia uno mismo, la empatía, la concentración y el autocontrol. 5. Incrementar la socialización de los participantes. 6. Motivar mediante los exámenes de grado (cinturones) con el objetivo de seguir mejorando tanto en el plano técnico como en el actitudinal y personal.	-Dachi: Aprendizaje de las diferentes posiciones de los pies que se emplean en el karate. -Kihon: Aprendizaje de las técnicas básicas de Karate adaptadas al nivel del alumno. -Katas: Los katas son una serie de técnicas y combinaciones que permiten desarrollar de una manera más amplia las cualidades específicas del karate (velocidad, ritmo, coordinación, orientación en el espacio, concentración...) -Ippon Kumite: Técnicas por parejas para integrar el concepto de distancia y aplicación adaptada de las técnicas. -Conocimientos Teóricos: sobre la historia del Karate, nombres técnicos (adaptados a la edad y grado de los participantes).
METODOLOGÍA	
La metodología empleada se basa en una metodología progresiva, en la cual se trabaja partiendo de lo conocido a lo desconocido y de lo fácil a lo más complejo. El trabajo técnico se realiza de manera estática, para después dar paso a la combinación de las técnicas junto a los desplazamientos. <u>Los estilos de enseñanza empleados son los siguientes:</u> ·Mando directo: se emplea en el comienzo de la práctica, donde el técnico da una serie de instrucciones a los participantes, las cuales son previamente mostradas por el con el objetivo de que haya un ejemplo que puedan aprender por medio de la repetición. ·Asignación de tareas: de esta manera los participantes pueden aprender de una manera motivante en grupos más reducidos del mismo nivel, pudiendo ayudarse entre ellos y dando pie a que tengan una visión diferente del contenido técnico, puesto que a través de la observación de los otros se amplía la percepción corporal y cognitiva en uno mismo. ·Enseñanza recíproca: Suele ser motivante para los participantes, ya que uno de ellos realiza el trabajo mientras el otro observa, ayuda y valora, aumentando su motivación al adquirir el rol de "profesor".	

EXTRAESCOLAR BALONCESTO



El deporte extraescolar se plantea como un elemento educativo más, en el que prima lo participativo sobre lo competitivo, y donde se procura el aprendizaje y la adquisición de valores y virtudes como la amistad, la solidaridad, el esfuerzo, el compañerismo o el sacrificio.

El baloncesto complementa la importancia dada a la Educación Física en las diferentes etapas escolares, y que se concreta en el desarrollo de las aptitudes sensoriales y motoras, y en el fomento de una actitud de superación, espíritu de cooperación y hábitos de salud.

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Fomentar la práctica del deporte en general y en particular al baloncesto. 2. Fomentar un estilo de vida saludable entre los jóvenes. 3. Potenciar el trabajo individual y de equipo. 4. Fomentar valores como la autoestima, el respeto, el compromiso, la solidaridad, la comunicación, etc.	- Posición Básica de Ataque y Defensa. - Agarre, manejo, control y dominio de balón. - Bote y Entradas a canasta. - Desplazamiento - Lanzamiento. - Pases y tiros - Ataque. - Percepción Espacial.
METODOLOGÍA	
Partiremos del desarrollo del alumno, para lograr aprendizajes autónomos y significativos. Metodología activa, basada en la actividad explorativa, y con una intervención docente de ayuda y guía. También se utilizará el método deductivo. Otras veces, las actividades serán libres, pues será el propio alumno el que las irá determinando.	



EXTRAESCOLAR FUNKY - BAILE MODERNO

Actividad que mejora la condición física combinando la música con movimientos rítmicos destinados al desarrollo de las capacidades coordinativas y rítmicas. La danza moderna es una expresión corporal artística que nace de la interpretación y visión del bailarín o coreógrafo. Sus movimientos son una expresión libre y fluida de estados, emociones, metáforas o ideas abstractas. La danza moderna rompe con las reglas y criterios del ballet clásico. No sigue pasos ni movimientos estructurados de antemano. A diferencia del ballet clásico—cuyos movimientos son aéreos y elevados—la danza moderna se arraiga más en la tierra.

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Aprender a interpretar la música y adecuar el movimiento corporal al ritmo. 2. Capacitar al alumno/a de las herramientas básicas para el desarrollo artístico y expresivo propios de su edad. 3. Mejorar la condición física. 4. Mejorar la coordinación dinámica general con los ritmos musicales. 5. Afianzar el desarrollo de determinadas capacidades como la coordinación psicomotriz y la coordinación audio motora. 6. Desarrollar y ampliar las posibilidades y experiencias corporales del ritmo, la coordinación y el movimiento. 7. Desarrollar en el alumno/a los elementos comunes de las actividades de equipo. 8. Desarrollar la creatividad y la espontaneidad mediante el movimiento corporal. 9. Desarrollar todas las capacidades intelectuales, expresivas, musicales y motrices que permitirán al alumno aprender a disfrutar con la música.	- LA MUSICA Y EL MOVIMIENTO - LA EXPRESIÓN CORPORAL. - LA COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL - LA COORDINACIÓN DEL CUERPO CON LOS RITMOS MUSICALES
METODOLOGÍA	
La metodología de dicha área debe ser participativa, dinámica y abierta. El trabajo grupal será la forma de organizar las clases, el profesor deberá evaluar cuál es el nivel del grupo y sus ritmos para adecuarse a los mismos y seleccionar los contenidos, su distribución en el tiempo y en las sesiones y el nivel al que se deben impartir. Las clases se dividirán en tres partes: puesta en marcha, expresión, comunicación y relajación.	

EXTRAESCOLAR GUITARRA



Es una actividad extraescolar donde se engloban técnicas y actividades que permiten a los niños y niñas a aprender a tocar este instrumento tan cultural, desarrollando así capacidades de expresión, sensibilidad, memoria y comunicación, además de fomentar su área más creativa.

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. APRENDER la técnica y los contenidos básicos para iniciarse en la práctica del instrumento. Diferenciando, conociendo y dominando los acordes básicos. 2. AUMENTAR la capacidad de memoria auditiva y el sentido del ritmo, favoreciendo así la inteligencia musical del niño. 3. FOMENTAR la creatividad y composición propia como parte del aprendizaje del instrumento. 4. FORMAR y desarrollar las bases fundamentales para el estudio de la música: rítmicas, auditivas, vocales e instrumentales. 5. ARMONIZAR a través de la música, el conjunto de todas las facultades humanas: físicas, afectivas, intelectuales, creativas e intuitivas... contribuyendo, por medio de la música viva, al desarrollo integral del niño.	- INICIACIÓN A LA MÚSICA. Resaltando el aprendizaje de la lecto-escritura musical (pentagrama musical y las notas), la audición musical, el entrenamiento de la escucha, la discriminación de sonidos habituales, la distinción de los contrastes básicos y la práctica vocal e instrumental. - TÉCNICA. Trabajando de forma progresiva los aspectos básicos para poder iniciarse en la interpretación de la guitarra. Teoría y práctica sobre afinación, acordes, ritmos, rasgados, arpeggios, punteos... - INTERPRETACIÓN Y COMPOSICIÓN. Interpretando piezas musicales adaptadas a su nivel y en relación a los contenidos que se van trabajando. Aprendizaje de obras y fomentación de la creatividad a partir de creaciones personales. - EL INSTRUMENTO. Remarcando la importancia de una buena postura tanto del instrumento, como corporal y digital, a través de ejercicios de corrección y autocorrección.
METODOLOGÍA	
Se recurre a una metodología participativa en la que quien estudia aprende a través de la propia práctica y acción, por medio del ensayo-error.	

EXTRAESCOLAR AJEDREZ



Aumenta la capacidad de concentración, la paciencia, la constancia y la autoestima, entre otros muchos beneficios: el ajedrez es una opción excelente para el tiempo libre de quienes estudian.

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Disciplinar para aceptar y seguir unas normas establecidas. 2. Aumentar de la concentración. 3. Aumentar la capacidad de planificación y previsión. 4. Adaptarse a los imprevistos. 5. Valorar al adversario y la sana competitividad. 6. Aumentar de la autoestima y el afán de superación. 7. Impulsar la creatividad para la solución de problemas. 8. Favorecer el razonamiento lógico y la deducción.	- Partida de ajedrez. - Movimiento de las piezas. - Estrategias. - Movimientos programados - Juego lógico. - Control emocional. - Calma y concentración.
METODOLOGÍA	
La metodología básica para esta actividad es el aprendizaje basado en el juego y el ensayo - error.	

EXTRAESCOLAR PATINAJE



El patinaje es una actividad recreativa y un deporte que ayuda a desarrollar el equilibrio y la armonía corporal, a través de movimientos y ejercicios. Una buena técnica puede ayudar a los niños a que se familiaricen con el desplazamiento sobre los patines y desarrollen variados movimientos sobre ruedas.

Las clases se basan en ejercicios y juegos para conseguir enseñar y entretener a los niños; dichos ejercicios se realizan con una música de fondo que ayuda a disfrutar aún más de la actividad.

OBJETIVOS	CONTENIDOS
1. Fomentar la concentración. 2. Adquirir estabilidad y equilibrio. 3. Patinar con completa libertad. 4. Enseñar estilos de vida saludables. 5. Mantener una buena circulación.	- Patinaje. Niveles de dificultad - Circuitos y obstáculos. - Desenvolvimiento, sincronización y desarrollo social. - Trabajo en equipo y solidaridad. - Puente a la comunicación.
METODOLOGÍA	
Se ha de tener en cuenta el miedo, pues esto se produce en los inicios del aprendizaje, porque aún no controlan los patines al realizar tareas complejas, como patinar hacia atrás. Para reducir este miedo hay que partir desde el principio, la iniciación, hacer ejercicios más elementales, quitar transcendencia, dar uso a las protecciones, evitar sustos e ir avanzando progresivamente.	

EXTRAESCOLAR FÚTBOL-SALA (infantil, 1º y 2º de primaria)

Categoría Querubín y Prebenjamín



Nuestro objetivo principal, es que los niños mejoren los conceptos básicos y se inicien en la competición del fútbol sala. La principal meta está en que disfruten del deporte que les gusta, con la metodología de aprender mediante juegos y ejercicios, siempre realizados por ellos.

El fútbol es un deporte sencillo de practicar, pero complejo a la hora de adquirir un buen manejo del balón, lo cual, es muy importante en fútbol sala, ya que, a diferencia del fútbol, es un juego más técnico y con grandes cambios de ritmo en espacios reducidos.

OBJETIVOS
Los objetivos que nos planteamos son sencillos, ya que tenemos un grupo de alumnos que se inicia en la competición en el fútbol sala. 1. Mejorar la destreza para el buen manejo del balón, incluyendo diferentes superficies de contacto. 2. Poner en práctica las habilidades técnicas básicas: control, pase, disparo, conducción y regate. 3. Respetar a todos los compañeros, rivales, árbitros y monitores que hacen posible la actividad, además de cuidar y mantener el material y las instalaciones en buen estado. 4. Conocer las reglas básicas: límite de campo, saques (de centro, banda, córner y portería), reglas y posicionamiento. 5. Ayudar a los compañeros en la realización de los ejercicios. 6. Responsabilizarse de traer el material o indumentaria adecuada para la práctica de fútbol sala. 7. Colaborar en la preparación y recogida de los entrenamientos antes y después de la actividad.

PROGRESIÓN METODOLÓGICA Y CONTENIDOS

- Familiarización con la pista, portería, dimensiones y la pelota mediante juegos de habilidad y destreza individual. Progresivamente se realizarán ejercicios en parejas.
 - Conducción de la pelota por los circuitos delimitados.
 - Conducción del balón con distintas superficies del pie (interior y exterior).
 - Pases con la pelota en la pared sin parar la pelota. Un “frontón”.
 - Realizar los anteriores en pareja una vez se haya dominado.
 - Realizar carreras de relevos.
 - Realizar circuitos por parejas con combinación de pases y finalización (pase, conducción, control y tiro)

- Iniciación en los diferentes tipos de golpeo, puntería y normas básicas del fútbol sala.
 - Juegos de puntería con aros objetos a los que golpear en la distancia, tanto en corta como larga distancia.
 - Por parejas; pases y control en movimiento.
 - Pasar la pelota al compañero realizando una recepción y conducción.
 - Juego de puntería por grupos; poniendo puntuación a cada golpeo, palos 1 punto, larguero 2 puntos.

- Mejora y ampliación de golpes, juego modificado. Introducción de mini-partidos
 - Por parejas; pases con diferentes superficies (interior y exterior de pie).
 - Partido en campo reducido con modificación de reglamento; pasar la pelota al compañero antes de meter gol.

EXTRAESCOLAR FÚTBOL-SALA (3º a 6º de primaria)



Categoría Benjamín y Alevín

OBJETIVOS
Los objetivos que nos planteamos, se dividirán en tres partes, objetivos tácticos, técnicos y de comportamiento. Además de los objetivos enumerados en la anterior categoría: • Conocer las distintas posiciones del campo y saber qué función desempeña cada una. • Conocer las diferentes formaciones tácticas con las que se pueden jugar, principalmente 3-1 o 2-2. (benjamines 3-2)
PROGRESIÓN METODOLÓGICA Y CONTENIDOS
Se perfeccionan los contenidos iniciales y se amplían: • Familiarización con la pista, portería, dimensiones y la pelota mediante juegos de habilidad y destreza individual. Progresivamente se realizarán ejercicios en parejas. • Iniciación en los diferentes tipos de golpeo mejora y ampliación de los mismos, puntería, normativa. Juego modificado • Mejora de la parte táctica y situaciones reales de partido. ○ Posesiones con un objetivo de pases mínimo u objetivo de finalización. ○ Rondós ○ Jugadas ensañadas a balón parado, saque de banda, córner. ○ Situaciones de juego real, tanto en superioridad como en inferioridad de jugadores. ○ Práctica de la salida de balón desde portería y saques de banda. ○ Práctica de las distintas presiones posibles a realizar, para después utilizarlas en los partidos. ○ Ambas categorías, participan en las competiciones a nivel municipal. Realizan partidos con otros centros.

EXTRAESCOLAR FÚTBOL-SALA (1º a 4º ESO)

Categoría infantil y cadete



OBJETIVOS
Los objetivos que nos planteamos, se dividirán en tres partes, objetivos tácticos, técnicos y de comportamiento. Los objetivos a conseguir son los enumerados en la anterior categoría, añadiendo la dificultad de competir en categorías superiores.
PROGRESIÓN METODOLÓGICA Y CONTENIDOS
Se perfeccionan los contenidos iniciales y se amplían: • Familiarización con la pista, portería, dimensiones y la pelota mediante juegos de habilidad y destreza individual. Progresivamente se realizarán ejercicios en parejas. • Iniciación en los diferentes tipos de golpeo mejora y ampliación de los mismos, puntería, normativa. Juego modificado • Mejora de la parte táctica y situaciones reales de partido. Además, en las categorías superiores: • Mejora de la condición física de los alumnos/as ○ Todas las semanas se dedicará uno de los días de entrenamiento una pequeña parte a la mejora de la condición física, esto se realizará siempre con ejercicios con balón, realizando, sprints, saltos, cambios de ritmo, conducciones rápidas, a una intensidad elevada, para que así haya una mejora de estas cualidades, con el fin de que luego se vea esta mejora en el campo. Ambas categorías, participan en las competiciones a nivel municipal. Realizan partidos con otros centros.

