

## OFERTA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES CURSO 2018-2019

<b>ACTIVIDADES DEPORTIVAS</b>	Judo	Baloncesto
	Fútbol	Tenis
	Patinaje	Ajedrez
	Pilates	Kung-Fu
	Natación	Escalada
	Yoga	Gimnasia Rítmica
	Ping Pong	
<b>ESCUELA DE IDIOMAS</b>	Inglés extraescolar	Francés. Preparación exámenes
	Preparación exámenes Cambridge	Francés extraescolar
	Story Time & Conversation	
<b>ACTIVIDADES ARTÍSTICAS Y CULTURALES</b>	Guitarra	Música
	Pintura	Expresión Artística
	Dramatización	Iniciación al cómic
	Animación a la lectura	Instrumentos musicales
	Danza	Hip-Hop
	Teatro	Taller de marionetas
	Taller de vivir atentos (programa CENCORE)	
<b>NUESTROS PEQUES</b>	Psicomotricidad	Ludoteca
	Juegos y Movimiento	Inglés extraescolar
	Story Telling & Games	Expresión Corporal
<b>TECNOL.</b>	Robótica	

## **ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES**

### **CURSO 2018-2019**

El desarrollo integral de un alumno comprende todo tipo de actividades, no sólo las curriculares que se imparten en las aulas, sino también otro tipo de actividades que sirven para inculcar destrezas y valores en los niños y jóvenes, en los adultos del mañana, en definitiva.

Actividades de carácter lúdico, deportivas, culturales o artísticas que en el caso del Colegio Virgen de Mirasierra abarcan un amplio abanico de opciones y modalidades. El carácter de nuestro centro, incluido dentro de la calificación de E.F.R. (Empresa Familiarmente Responsable) nos lleva también a ofrecer a nuestros alumnos y a sus familias múltiples combinaciones horarias que les ayudarán en materia de conciliación.

#### **ACTIVIDADES DEPORTIVAS.**

En este bloque de actividades, nuestro interés es que el alumno se inicie (o perfeccione, según el caso) en los conocimientos técnicos propios de cada actividad, consiguiendo, además, favorecer actitudes sociales como el compañerismo, respeto, trabajo en equipo, aumento de la atención, además de la evidente preparación física necesaria en cada actividad, sea individual o de grupo, y el consiguiente desarrollo de la motricidad básica.

#### **ESCUELA DE IDIOMAS**

Nuestra Escuela de Idiomas incluye una oferta variada y una enseñanza de calidad para complementar la formación en Inglés de nuestros alumnos, inmersos ya, desde el curso 2009-2010 en el Programa Bilingüe de la Comunidad de Madrid.

#### **ACTIVIDADES ARTÍSTICAS Y CULTURALES**

Ofrecemos un amplio abanico de actividades que tienen que ver con el arte en todas sus manifestaciones, así como con la cultura en general, entendiéndolo la gran importancia que este tipo de actividades, relacionadas con la música, la expresión artística, la danza o la lectura, tienen en la formación integral de una persona.

#### **PARA NUESTROS PEQUES**

Ellos ocupan un lugar muy importante en nuestro colegio, así que a ellos dedicamos un buen bloque de actividades extraescolares.

## ACTIVIDADES DE COMUNICACIÓN Y NUEVAS TECNOLOGÍAS

Porque es evidente que hay que adaptarse a los nuevos tiempos, ofrecemos (iniciándose en el segundo trimestre del curso) nuestra actual actividad de Robótica, a la que en este curso añadimos una nueva actividad: Presentaciones Audiovisuales.

## NOVEDADES CURSO 2018-2019

Durante el curso 2018-2019, hemos añadido a nuestra serie habitual de actividades algunas nuevas que esperamos sean de interés para nuestros alumnos y sus familias:

- **Yoga:** El **yoga** es un buen ejercicio pero no puede considerarse como un **deporte**. ... El tipo de **yoga** más conocido y practicado es el Hatha **Yoga** y se basa en la realización de posturas, técnicas de respiración, concentración y meditación para transformar el cuerpo y la mente.
- **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. En este deporte se realizan tanto competiciones como exhibiciones en las que la gimnasta se acompaña de música para mantener un ritmo en sus movimientos, realizando un montaje con o sin aparato. La gimnasia rítmica desarrolla la armonía, la gracia y la belleza mediante movimientos creativos, traducidos en expresiones personales a través de la combinación musical, teatral y técnica, que transmite, principalmente, satisfacción estética a los espectadores.
- **Ping pong:** Según un estudio realizado por la NASA, es el deporte más complicado que un ser humano puede practicar a nivel profesional. Diversos estudios han demostrado que la práctica de este deporte mejora, entre otras, la capacidad y el tiempo de reacción, la coordinación ojo-mano, la concentración y la memoria.