



CATÁLOGO DE EXTRAESCOLARES 2023- 2024



COMISIÓN DE EXTRAESCOLARES

EXTRAESCOLARES.PALOMERAS@GMAIL.COM



PRESENTACIÓN

¿Cómo son las actividades del cole?

Son una propuesta de ocio variada, coherente con los valores del proyecto escolar: trabajo en equipo, tolerancia a la frustración, desarrollo de la creatividad, inclusión.

Este curso trataremos de materializar el juego de crecer mente, corazón y cuerpo.

Por favor, apoyad el desarrollo de las clases cumpliendo **los acuerdos de convivencia del patio**: las pistas solo se pueden usar si no están ocupadas por extraescolares.

Nuestra comisión es:

Autogestionada

No dependemos de ninguna empresa externa que nos marque las pautas, las familias organizamos las actividades y por tanto decidimos cómo queremos que sean.

Horizontal y Asamblearia

Las decisiones importantes las tomamos en las asambleas de AMPA y en la junta permanente. Las familias construimos este proyecto.

Abierta y Mixta

Es fundamental la participación en igualdad. ¿Quieres jugar? Entonces, escucha, respeta y trabaja en equipo.

Coste reducido

El precio de las actividades es reducido porque todas las familias se implican y ayudan en la gestión y organización de las actividades. Para que sea posible es necesaria una persona responsable por grupo, para facilitar el funcionamiento.



Si consideras que tu/s peques requieren de alguna adaptación para participar en alguna actividad extraescolar, por favor contacta con la comisión de diversidad a través de tu tutora para que podamos gestionarlo.



Si necesitas una beca total o parcial para participar en las actividades extraescolares habla con tu tutora al respecto.



ACTIVIDADES

AJEDREZ

Fomenta la capacidad de concentración y la lógica espacial. Organizada por la Federación Madrileña de Ajedrez y se desarrolla en el horario de comedor.

ATLETISMO

Acercarse a la práctica del atletismo de una manera espontánea y divertida. Valiéndose del juego para trabajar la resistencia y velocidad, así como mejorar la técnica de carrera.

Es una oportunidad de superarse y desarrollar capacidades propias, haciendo del atletismo un deporte accesible.

Llevará la actividad el Club de atletismo Zancadas del que sólo pueden formar parte los que ven el atletismo como una DIVERSIÓN

BALLET Y FLAMENC

Esta actividad ofrece beneficios como la adquisición de conocimientos técnicos del mundo de la danza y actitudes y aptitudes personales que contribuyen a la formación de la personalidad; todo se aprende jugando y bailando, mediante la experimentación y vivencia personal. La técnica en las clases será básica y siempre adaptada a las necesidades y características de los/las niños/as. Los tres grandes pilares de este proyecto son: disfrute, desconexión y descubrimiento.

Este proyecto defiende la igualdad y ruptura de estereotipos, invitando tanto a niños como a niñas a participar.

BALONCEST

Practicar baloncesto en la infancia implica desarrollar destrezas que permiten esquivar a contrarios, planificar jugadas y moverse por la cancha. Este deporte suele aumentar la capacidad de concentración y atención al entorno. Como deporte en equipo, fomenta la cooperación en equipo y aprender a tanto a ganar como a perder.

BATUKADA

La batucada es el género por excelencia que aglutina más aficionados y aficionadas hoy en día dentro de la percusión como herramienta de Transformación Social. El ritmo crea una sinergia entre los y las componentes del grupo. En lo que se refiere a la percusión infantil hemos de tener en cuenta la psicomotricidad fina y gruesa respectiva a su edad biológica además de su cuerpo individual. Es por ello que se hace de vital necesidad un aula donde la infancia pueda desarrollar sus capacidades a través del elemento principal y vertebrador de la música que es el ritmo. Éste forma parte de nuestras vidas cotidianas ya sea el ritmo al caminar, el ritmo al hablar, al bailar...a desarrollarnos en la vida al fin y al cabo.

La Piratukada nace de la necesidad de crear un grupo de batucada infantil en CEIP Palomeras Bajas en el curso escolar 2022/2023 con Elena Blanco Muñoz de Morales como directora musical del mismo.

CERÁMICA/ CERÁMICA EN FAMILIA

Trabajar con arcilla mejora el desarrollo sensorial y motor. Cuando los niños la utilizan, mejora su motricidad en las manos y su capacidad para la resolución de problemas a través de la creatividad. Este curso, iniciamos un grupo para acudir en familia, dirigido a una persona adulta con peque/s, ambas personas participan en la actividad.

CIRCO

En esta actividad mediante la expresión corporal y el trabajo en equipo se trabaja la gestión de las emociones, la psicomotricidad, lateralidad, desarrollo cognitivo y la convivencia. Jugar e imaginar juntxs.



ACTIVIDADES

CREATIVIDAD PLÁSTICA

Mezclando diversas disciplinas artísticas, se trabaja la gestión de las emociones y la libre expresión. Se busca dar una nueva vida a los materiales reciclando y reutilizando para potenciar las capacidades de cada niña y niño. Desarrollar la capacidad artística es el objetivo fundamental de los talleres para que:

Desarrollen la capacidad de expresar las emociones, vivencias e ideas propias.

Esta actividad la imparte Kuaderno Taller.

DANZA CREATIVA

En Danza Creativa trabajamos el desarrollo psíquico, emocional, motor y relacional de los más pequeños en un ambiente de autonomía y libertad para que puedan probar nuevas formas de relacionarse con su propio cuerpo. Esta disciplina promueve la expresión libre a través del movimiento corporal improvisado. Fomenta la confianza y compenetración en grupo.

DANZA MODERNA

Crearemos coreografías en equipo y en común trabajaremos para poder entender lo que cada participante pretende expresar. Conocer el propio cuerpo y las emociones para poder tomar conciencia de la importancia de quienes nos rodean.

DEPORTE BASE

Actividad basada en la recuperación y práctica de juegos tradicionales. El deporte base fomenta valores como el trabajo en equipo, la solidaridad, la empatía o la autoestima.

GRAFFITI, ARTE URBANO?

El graffiti es un medio de expresión que tiene mucha aceptación entre jóvenes y mayores, que está presente en los barrios de las ciudades más cosmopolitas del mundo. En este taller se utilizan las herramientas que proporciona el graffiti como arte urbano, para promover la creación de composiciones con diversos materiales y también su aplicación a otras técnicas artísticas.

Mediante esta destreza se pretende:

- Acercar y fomentar la expresión artística entre los más jóvenes y potenciar su autoestima
- Desarrollar actitudes de convivencia y trabajo en equipo desde la igualdad, creando murales colaborativos, siendo una actividad divertida e integradora
- Inspirar la creatividad a través del dibujo de letras y que conozcan sus diferentes posibilidades y estilos
- Ser capaces de generar diferentes ideas y opciones y plasmarlas en un papel u otros medios
- Dar a conocer diferentes materiales y técnicas
- Proponer formas de ocio alternativas
- Integrar el conocimiento del arte urbano como herramienta de expresión artística

Impartida por David (KANE) uno de los pioneros del graffiti en Madrid, presente desde finales de los 80's

MÚSICA Y MOVIMIENTO?

En esta actividad trabajaremos la expresión corporal, el equilibrio, la coordinación y la psicomotricidad a través de diferentes estilos de danza.

Jorge, el profesor de esta actividad tiene formación en Educación Infantil, Audición y lenguaje y Psicopedagogía Terapéutica y experiencia de más de 20 años en diversos estilos de danza (ballet, moderno, jazz y contemporáneo, entre otros).



ACTIVIDADES

PATINAJE

Patinar es una gran opción para aquellos que quieren hacer hincapié en mejorar la coordinación, el equilibrio y la concentración. Al practicarse mediante movimientos que implican principalmente a las piernas, se fortalece especialmente los músculos del cuadro inferior.

Tienen que llevar patines, casco y protecciones.

PSICOMOTRICIDAD

Esta actividad trata de conocer y ayudar en profundidad al niño/a que viene a la sala, acompañándoles con la mirada psicomotriz, a través del juego resaltando lo que sí saben hacer, sin juicios de valor y compartiendo con las familias los procesos evolutivos que se dan, a través de tutorías, se trata de una manera única y diferente de ver y entender el proceso del niño/a, desde un enfoque respetuoso y dejando SER, personas que se están construyendo en su identidad.

Favorece sus competencias y habilidades motoras y dominio de su esquema corporal. Favorece su desarrollo social rico en aprendizajes y habilidades comunicativas. Favorece su mundo interno con sus emociones ajustándose a una imagen más positiva. Favorece la descentración, donde el cuerpo para y se pone en acción el pensamiento.

Prepara al niño/a para los retos educativos de primaria.

SKATE

El Skateboarding requiere equilibrio, coordinación psicomotriz y perseverancia

- Difícil pero posible. Fomenta la paciencia y la tolerancia a la frustración
- Apto y adaptable a cualquier persona, edad y forma física.
- Deporte federativo y contracultura
- Recreativo, forma de vida y deporte de competición.
- Infinito, único y diverso
- Aprendizaje constante y personal, Cada persona por sus características físicas adapta estas maniobras a sí misma por lo que cada skater tendrá un estilo propio.

Tienen que llevar skate, casco y protecciones.

Sergio, el profesor es Skater desde 1985, Monitor de Skate titulado de la Federación Madrileña de Patinaje, es profesor desde 2011 en la escuela ENTABLA.es de skate, surfskate y longboard, es formador de monitores de Skate y Juez Nacional de Skate.

TEATRO

A través del trabajo coreográfico, de la danza y el trabajo de desinhibición del clown, aprovechando la motivación de crear nuestro propio espectáculo con lo aprendido, emprendemos la tarea de creación colectiva que podrá desembocar en una muestra final.

YOGA

El yoga es una poderosa y eficaz técnica, es una gran herramienta para recargar y sanar el cuerpo rápidamente. Nos brinda un aporte infinito de Energía y Felicidad, recuperando la Armonía y el Equilibrio que necesitamos.

Fomenta hábitos posturales saludables. Lleva a un estado de calma y relajación y aprenden a emularlo en la vida diaria. Potencia la concentración y la capacidad de reflexión.

Las clases son muy divertidas y fomentan el sentimiento de unidad en el grupo.

La profesora es Natalia, una apasionada del Yoga, del cuerpo y de las terapias alternativas.

Instructora de Hatha Yoga, de Kundalini Yoga y de Pilates. Especializada en Yoga Prenatal, Yoga para mamás y bebés, Yoga para peques.

VOLEYBALL

El voleibol como deporte unidad de estudio tiene una gran importancia ya que por sus características es considerado el deporte de los súper reflejos, sus objetivos están dirigidos fundamentalmente al desarrollo de las habilidades motrices básicas y a la cooperación y trabajo en equipo.

TARIFAS

AJEDREZ	3€
DEPORTE BASE	3€
BALONCESTO	8 €
VOLEYBALL	5 €
PATINAJE SUBVENCIONADO	5 €
PATINAJE (Club Patín)	15€
SKATE	15€
BALLET Y FLAMENCO	15€
BATUKADA	15€
CERÁMICA	15€
CIRCO	15€
CREATIVIDAD PLÁSTICA	15€
DANZA CREATIVA/ DANZA MODERNA	15€
PATINAJE CLUB PATÍN	15€
PSICOMOTRICIDAD	15€
YOGA	15€
MÚSICA Y MOVIMIENTO	15€
GRAFFITI, ARTE URBANO	15€
CERÁMICA EN FAMILIA (Precio por adulta y peque)	23€
ATLETISMO	15€

HORARIOS

Lunes

12.30h

Ajedrez 6° Primaria

Ajedrez 5° Primaria

16.15 h

Creatividad Plástica (Infantil - 2° Primaria)

Psicomotricidad (Infantil - 2° Primaria)

Circo (2° a 4° Primaria)

Baloncesto 1° Primaria

Baloncesto 4° Primaria

Baloncesto 5° Primaria

17.15 h

Creatividad Plástica (3°-6° Primaria)

Psicomotricidad (Infantil - 2° Primaria)

Teatro (2° - 6° Primaria)

Martes

12.30h

Ajedrez 3° Primaria

Ajedrez 4° Primaria

Danza moderna (2° - 6° Primaria)

16.15 h

Cerámica (3°- 6° Primaria)

Danza creativa (Infantil - 2° Primaria)

Batukada (Infantil - 6° Primaria)

Yoga (Infantil - 2° Primaria)

Baloncesto 2° Primaria

Baloncesto 3° Primaria

Baloncesto 6° Primaria

Patinaje (Club Patín) (Infantil - 2° Primaria)

Atletismo (16.30) (3 Infantil - 2° Primaria)

17.15 h

Cerámica en familia

Danza moderna (3° - 6° Primaria)

Yoga (2°-6° Primaria)

Tecnificación Baloncesto (3° - 6° Primaria)

Atletismo (17.30) (3° - 6° Primaria)

HORARIOS

Miércoles

12.30h

Ajedrez 1º Primaria
Ajedrez 2º Primaria

16.15 h

Graffiti, arte urbano (3º- 6º Primaria)
Ballet y Flamenco (Infantil - 2º Primaria)
Deporte Base (Infantil - 2º Primaria)
Baloncesto 1º primaria
Baloncesto 4º Primaria
Baloncesto 5º Primaria
Skate (iniciación) (2º- 6º Primaria)

17.15 h

Graffiti, arte urbano (3º- 6º Primaria)
Ballet y Flamenco (3º- 6º Primaria)
Skate (avanzado) (2º- 6º Primaria)

Jueves

13.30h

Música y movimiento (Infantil - 2º Primaria)

16.15 h

Cerámica (1º -2º Primaria)
Música y movimiento (Infantil - 2º Primaria)
Deporte Base (Infantil - 2º Primaria)
Baloncesto 2º Primaria
Baloncesto 3º Primaria
Baloncesto 6º Primaria
Patinaje (3º- 6º Primaria)

17.15 h

Cerámica en familia
Música y movimiento (3º- 6º Primaria)
Tecnificación Baloncesto (3º- 6º Primaria)

Viernes

16.15 h

Skate (2º- 6º Primaria)
Voleibol (16.15-18.15h) (3º- 6º Primaria)

PREGUNTAS FRECUENTES



CÓMO SE ORGANIZAN LAS EXTRAESCOLARES

Las familias organizamos desde la AMPA las actividades. Si puedes ayudar escribe a :
extraescolares.palomeras@gmail.com

CÓMO SE ELIGEN

Se programan solo si tienen un carácter lúdico o deportivo (no organizamos ninguna de carácter formativo como, por ejemplo, inglés, informática...), para evitar que las actividades se conviertan en un refuerzo académico para quienes participan, discriminando a quien no lo hace.

¿DESDE LOS 3 AÑOS?

. Para 3 años (1º Infantil) no se ofertan actividades extraescolares por motivos pedagógicos. No se recomienda sobrecargar la jornada escolar a esa temprana edad.

¿CUÁNTO CUESTAN?

Las actividades que no están subvencionadas cuestan 15€ AL MES.

Las actividades subvencionadas tienen una cuota mínima para cubrir los gastos de la actividad, no para pagar la escuela: 5€/mes para actividades de 1, 5 o 2 horas/semana (baloncesto 1º-6º, patinaje avanzado, voleibol) y 3€/mes para actividades de 1 hora/semana (deporte base, ajedrez)

¿ACTIVIDADES EN HORARIO DE COMEDOR?

Algunas actividades, como ajedrez, se desarrollan en el el tiempo de patio del comedor. Las monitoras avisarán a los participantes y les acompañarán a la actividad para que puedan asistir. La actividad dura una hora.

ME HE EQUIVOCADO AL RELLENAR LA INSCRIPCIÓN, ¿QUÉ HAGO?

Vuelve a rellenarla y tendremos en cuenta la última que recibamos.

NORMAS

PRINCIPIOS DE LAS EXTRAESCOLARES

Las actividades extraescolares en nuestro colegio son autogestionadas por las familias, no únicamente por la Comisión de Extraescolares de la AMPA.

Cada grupo tiene que elegir al menos una persona responsable del grupo. Las tareas de las responsable de grupo pueden consultarse en <https://drive.google.com/file/d/1OmDPHydHsC6jt8PO3Oz2kUoFhJsNN5pV/view?usp=sharing>.

IMPORTANTE

Sólo podrá iniciarse la actividad si hay responsable de grupo, una vez comunicado a la comisión de extraescolares, por correo electrónico (extraescolares.palomeras@gmail.com), QUEDANDO SUSPENDIDA LA ACTIVIDAD MIENTRAS NO HAYA RESPONSABLE/S.

INSCRIPCIONES DESDE EL 17 HASTA EL 23 DE SEPTIEMBRE

Al tratarse de actividades que se realizan fuera del horario escolar (a partir de las 16,15 h.), es MUY IMPORTANTE que sepáis que son las familias, o las personas en quienes delegueis la recogida, las que tienen que acompañar a cada participante a la actividad. Si el niño/a acude solo y hay imprevistos (por ejemplo, clases que se suspenden el mismo día) NO se quedarían bajo la tutela de ningún adulto.

La experiencia de estos años nos dice que si nos apoyamos y nos organizamos las familias de nuestra clase podemos garantizar que tengan la atención necesaria, incluso ante imprevistos. Este año continuamos las actividades habituales y alguna novedad.

<https://forms.gle/dbeFWUy5W8CMTHhh6>

(Si no puedes acceder al formulario on line otra persona lo puede hacer por tí.) Una vez pasado el plazo de inscripción las solicitudes entrarán en lista de espera, quedando activo el formulario durante todo el curso para ese fin.

NORMAS

¡EQUIPACIONES BALONCESTO:

A quienes jueguen liga se les entregarán equipaciones previo pago de 10€ de fianza por equipación que se devolverá al retornar las prendas a final de curso. Si alguien no la ha devuelto del curso anterior que se ponga en contacto con la comisión.

COBROS: Las cuotas se cobrarán cada tres meses: octubre, noviembre y diciembre (a principios de enero), enero, febrero y marzo (a principios de abril), abril y mayo (principios de junio).

Es OBLIGATORIO DOMICILIAR EL PAGO para facilitar la gestión. Pasaremos los recibos en la cuenta que habéis facilitado a la AMPA. Formulario AMPA disponible [aquí](#). Si en diciembre no se ha entregado la autorización de domiciliaciones pudiera ser causa de baja en la/s actividad/es.

Por cada devolución de recibos (no conforme, saldo insuficiente, cuenta inválida...) el banco nos cobra 3,63€ de gastos de devolución que serán a cargo de las familias.

Familias con cuotas pendientes. Os recordamos que hay que estar sin pagos pendientes para poder apuntarse en las actividades de este curso.

ALTAS Y BAJAS

Durante el curso se pueden incorporar participantes a las actividades siempre que haya vacantes. El formulario de solicitudes quedará abierto.

No hay periodo de prueba. A nivel educativo creemos que es importante trabajar el compromiso y la responsabilidad de las niñas y niños. A nivel gestión, necesitamos asegurar el pago a las personas monitoras y también reducir el volumen de trabajo. Las **BAJAS** en una actividad hay que comunicarlas 1 SEMANA ANTES DE COMENZAR EL MES de la baja, escribiendo al email de Extraescolares.

Si no se comunica la baja a tiempo, se cobrará el mes completo.

GRUPOS

Para poder mantenerse una actividad el número mínimo es de 10 participantes. El máximo dependerá de cada actividad. El VIERNES 29/9 en el tablón de anuncios colocaremos los LISTADOS PROVISIONALES de los grupos que se han podido organizar y se difundirán por correo electrónico. En las actividades con gran demanda se estudiará la posibilidad de crear nuevos grupos en función de los espacios, monitoras disponibles y la capacidad de gestión de la comisión.

CALENDARIO

Las actividades empiezan el 2 de octubre y terminarán el 31 de mayo. La primera sesión de la actividad se iniciará con la presentación de la persona monitora y elección de responsable/s del grupo, PARA LO QUE SE REQUIERE LA PRESENCIA DE LAS FAMILIAS, de no salir responsable no se podrá iniciar la actividad, así como se tendrá que cancelar la actividad si las personas responsables no se encargan de sus tareas. Durante estos meses seguiremos el calendario escolar para vacaciones, fiestas y puentes.

NORMAS

En caso de HUELGA en defensa de la Escuela Pública o fiestas del cole (Castaña, Carnaval, San Isidro) se suspenden las actividades extraescolares.

AVISOS GENERALES:

- El enlace para apuntarse y este folleto se enviará también por correo electrónico, grupos de clase y se publicará en la web del AMPA (<http://palomerasbajas.org/>)
- En el formulario WEB de la solicitud se recomienda indicar un correo electrónico para recibir un acuse de recibo de la solicitud, además facilita mucho la gestión a la comisión disponer de email de las familias.
- Las solicitudes realizadas con posterioridad al 23 de septiembre serán consideradas para lista de espera.
- Las listas se realizarán por orden de apellidos en función de las letras que salgan en el sorteo, y para que los grupos sean lo más mixtos posible, se alternarán niña/niño/no binaria. El SORTEO lo realizaremos el día 21 de septiembre a las 9:15 en el despacho del AMPA.. Si hay algún/a niño/a que no entra en ninguna actividad podrá informar a la comisión y se le dará preferencia en la lista de espera.
- La AMPA tiene seguro de responsabilidad civil para todas las actividades. No disponemos de seguro de accidentes. Las actividades subvencionadas están cubiertas por el seguro proporcionado por la gestora de esas actividades, con coberturas de responsabilidad civil con carácter general, salvo que la actividad requiera a sus alumnado estar federado, en cuyo caso el seguro de cada federación puede ofrecer una cobertura mayor.
- En cada actividad es imprescindible contar con RESPONSABLES para coordinación con la comisión, seguimiento de altas/bajas, cuidado de materiales y espacios, etc. Consulta las tareas de responsables [aquí](#).
- Si tenéis dudas o problemas podéis escribir a extraescolares.palomeras@gmail.com

Protección de datos:

A los efectos de lo establecido en el REGLAMENTO (UE) 2016/679 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 27 de abril de 2016 relativo a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de datos personales y a la libre circulación de estos datos y por el que se deroga la Directiva 95/46/CE (Reglamento general de protección de datos) y la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, AMPA CP Palomeras Bajas con CIF G80238728 garantiza la confidencialidad de la información que nos facilita con el fin de prestarles el servicio de actividades extraescolares (gestión administrativa, cobros). Los datos proporcionados se conservarán mientras se mantenga la relación con nuestra Asociación o durante los años necesarios para cumplir con las obligaciones legales. Los datos no se cederán a terceros salvo en los casos en que exista una obligación legal. Los datos podrán ser cedidos, como encargados de tratamiento, a la empresa Cultural Actex, S.L. con NIF B81829996, la Federación Madrileña de Patinaje con NIF G79264909 y la Federación de Baloncesto de Madrid con NIF G78332541, que se contraten para realizar las actividades extraescolares.

Usted tiene derecho a obtener confirmación sobre si en la AMPA CP Palomeras Bajas estamos tratando sus datos personales, por tanto tiene derecho a acceder a sus datos personales, rectificar los datos inexactos o solicitar su supresión cuando los datos ya no sean necesarios, a oponerse a la cesión de datos cuando no sea obligatorio y al derecho a portabilidad.

Para poder tramitar la solicitud es imprescindible HABER LEÍDO y ACEPTADO la normativa y funcionamiento de las actividades extraescolares.