



Programa de actividades  
**Extraescolares**  
2023/24

# INFORMACIÓN GENERAL

## INSCRIPCIONES

Puedes realizar la inscripción aquí:

<https://forms.office.com/e/F1hWUeCwpE>

Se aplicará un **descuento del 10% para las familias que se inscriban antes del 30 de junio** (el descuento no se aplicará en aquellas actividades con pocos alumnos)

Los recibos se cargarán mensualmente en la cuenta indicada en el formulario de inscripción y en caso de rechazo de aplicará un recargo de 5€.

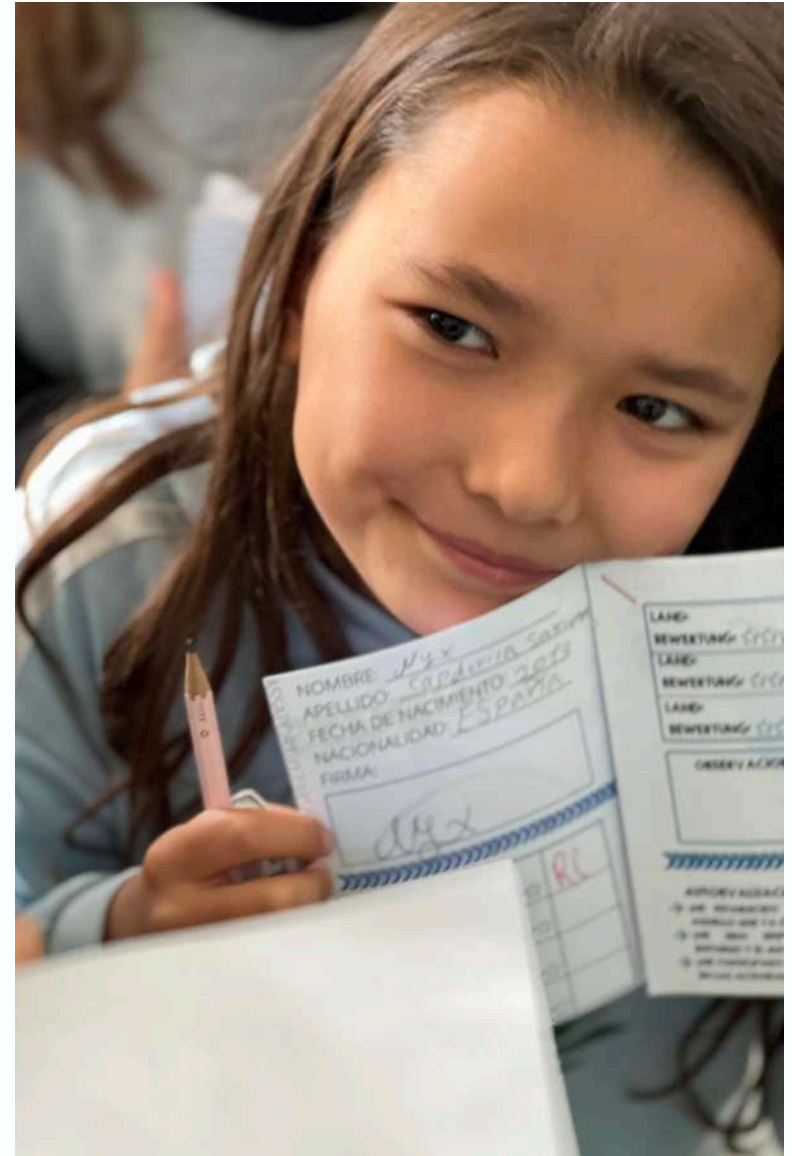
## ALTAS, BAJAS Y PRUEBAS

Todas las actividades tienen una duración de tres trimestres (septiembre a junio, ambos incluidos) pero podéis dar de alta o baja a vuestros hijos en cualquier momento.

Las **bajas** deben comunicarse antes de empezar el mes siguiente a través de la aplicación Dinantia (Extraescolares ZSB) o de la dirección de correo [ebenlliure@sport-madness.com](mailto:ebenlliure@sport-madness.com) o al 678 241 539. No es posible reintegrar ningún importe excepto por razones médicas justificadas.

Las **altas** pueden comunicarse en cualquier momento y, en todos los casos, facilitaremos la integración de los alumnos para que puedan adaptarse al ritmo del grupo adecuadamente. El precio del mes de inicio será proporcional a la fecha de inicio.

Las actividades se pueden probar realizando la inscripción como una alta normal y abonando la cuota. En el caso de no ser satisfactoria se pedirá la baja, que será efectiva el siguiente mes.



# INFORMACIÓN GENERAL

## PRECIOS

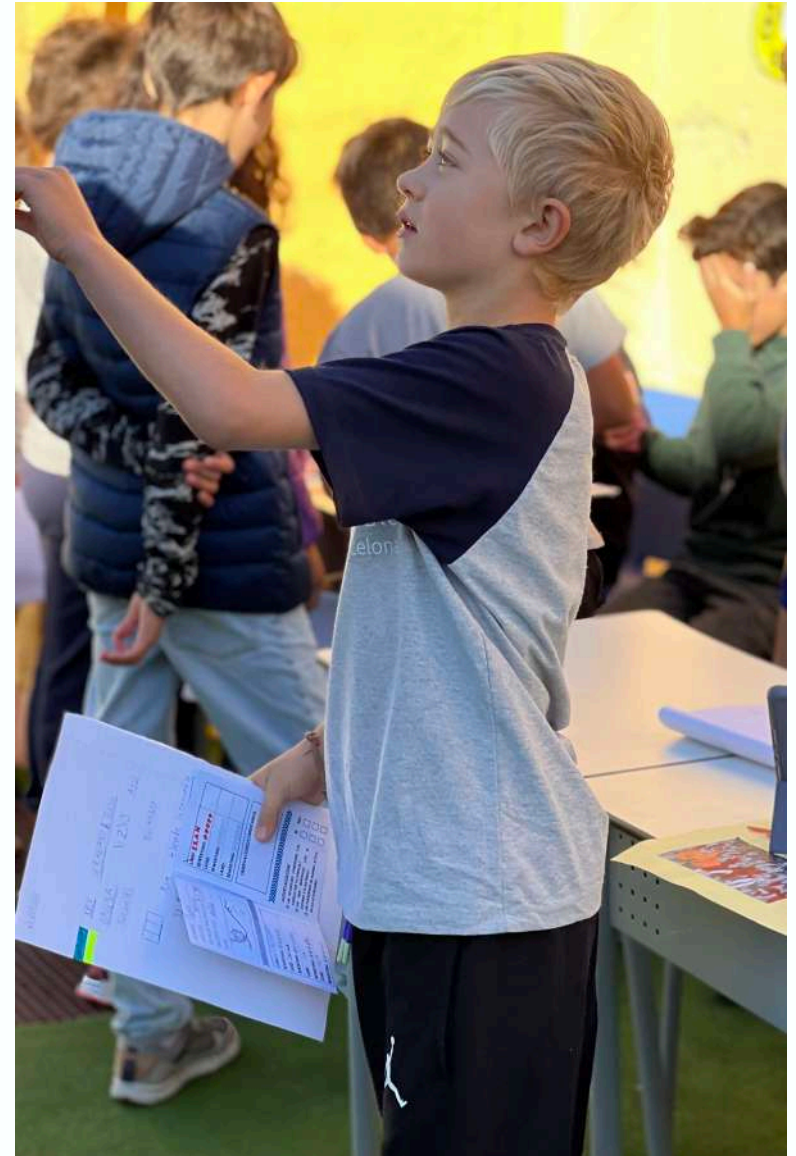
Cada actividad tiene un precio anual que se divide en mensualidades del mismo importe. Así pues, cada mes se cargará la misma cuota mensual a excepción de septiembre, que será del 75%.

## FECHAS

Las actividades empezarán el **12 de septiembre en PEARSON (a partir de EI5)** y el **2 de octubre en IFNI (EI3-EI4)** y, el segundo y tercer trimestre, el mismo días que empiecen las clases lectivas.

Normalmente finalizarán el mismo día que el último día lectivo.

Los días festivos no habrá extraescolares, así como otros que nos indique el colegio por el motivo que sea (colonias, fiesta del colegio...).



# INFORMACIÓN GENERAL

## GRUPOS

**Mínimo:** Cada actividad tiene un mínimo de alumnos requerido para poder formar grupo, si no se llega al mínimo hay dos opciones:

- 1- Anular el grupo, quedará en lista de espera hasta llegar a nuevas inscripciones que permitan crear el grupo.
- 2- Consensuar con las familias interesadas un reajuste en el precio para poder empezar la actividad. (solo en aquellas actividades que tengan sentido hacerlas con grupos reducidos).

**Máximo:** Cada actividad tiene un máximo de alumnos que no podremos sobrepasar. En caso de llegar a este máximo, cerraremos el grupo y las nuevas inscripciones quedaran en lista de espera. El criterio será la fecha de inscripción.



# INFORMACIÓN GENERAL

## SEGUIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES

Al final de cada trimestre se entregará a cada familia la valoración de cada actividad.

Dependiendo de la actividad se hará una valoración del grupo y se informará sobre el contenido del trimestre y los objetivos del siguiente o una valoración individual por cada alumno. Habrá actividades que tengan valoraciones grupales e individuales.

Además de estas valoraciones, las familias que quieran un *feedback* más específico sobre sus hijos/as deberán solicitar una reunión comunicándolo a cualquiera de los contactos de Extraescolares ZSB.

## CONTACTO EXTRAESCOLARES ZSB

El responsable y coordinador de las actividades extraescolares es Eduard. Podéis contactar por cualquiera de los siguientes canales:

- [ebenlliure@sport-madness.com](mailto:ebenlliure@sport-madness.com)
- 678 241 539 (WhatsApp)
- Aplicación Dinantia – Extraescolares ZSB



# OFERTA DE ACTIVIDADES

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
<b>EI3-EI4</b>	Yoga & Mindfulness	Música	Sich Ausdrücken	Multideporte
<b>EI5</b>	Multideporte	Sich Ausdrücken	Robótica	Yoga & Mindfulness
	Cocina	Iniciación al Fútbol	Cine	Música
<b>1K - 2K</b>	Multideporte	Sich Ausdrücken	Robótica	Yoga & Mindfulness / Música
	Cocina	Iniciación al Fútbol	Cine	Refuerzo Alemán
<b>3K</b>	Cocina	Sich Ausdrücken	Robótica	Refuerzo Alemán
	Dibujo Artístico	Cine	Multideporte	Yoga & Mindfulness
<b>4K</b>	Cocina	Robótica	Multideporte	Sich Ausdrücken
	Dibujo Artístico	Cine	Refuerzo Alemán	Yoga & Mindfulness
<b>5K-6K</b>	Cocina	Robótica	Multideporte	Sich Ausdrücken
	Dibujo Artístico	Cine	Refuerzo Alemán	Yoga & Mindfulness

- En horario de mediodía se realizará Ajedrez.
- Instrumento se realizará preferiblemente en horario de mediodía, pero también hay opción de tarde.

# SICH AUSDRÜCKEN

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
16:35 h - 17:50 h	Miércoles	EI3 - EI4	50 €
16:35 h - 17:50 h	Martes	EI5 - 3K	50 €

Esta es una actividad emocionante diseñada especialmente para cada grupo, en función de sus gustos y edades, con el objetivo de **mejorar su conocimiento del alemán de manera lúdica** y practicar sus habilidades de comunicación.

Los alumnos aprenderán a expresarse correctamente a través de juegos, utilizando verbos, nombres y pronombres personales. Mediante el uso de sus emociones, convertiremos los sentimientos en diálogos.

Las actividades incluyen juegos con pelotas, donde los alumnos podrán participar activamente mientras mejoran su conocimiento del alemán. También conjugaremos verbos, inventaremos historias, trabajaremos con hojas de ejercicios y leeremos breves pasajes para practicar la comprensión de textos. Aprenderemos sobre sustantivos compuestos, vocabulario básico, nombres y artículos, así como verbos.

Al final de la actividad, los niños tendrán la oportunidad de expresar su creatividad a través de la pintura o manualidades. Esta parte más tranquila de la actividad permitirá a los niños reflexionar sobre sus experiencias y aplicar sus nuevas habilidades en el idioma alemán.

En "Sich Ausdrücken", se alienta a los niños de manera divertida e interactiva a mejorar su conocimiento del alemán y fortalecer su capacidad de comunicación verbal. Es una actividad educativa y entretenida que les permitirá ampliar sus habilidades lingüísticas y desarrollar su creatividad al mismo tiempo.

# REFUERZO ALEMÁN

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
16:30 h - 18:00 h	Jueves	1K - 3K	68 €
16:30 h - 18:00 h	Miércoles	4K - 6K	68 €

Es una actividad para ofrecer **apoyo en la materia de alemán que se imparte en el colegio.**

Trabajamos con grupos reducidos para que, siempre que sea posible, podamos trabajar temas de un mismo curso y, mientras un curso practica un tema, explicamos al otro un tema diferente. Aún así, guardamos espacio para atender cuestiones más individuales de cada alumno, es decir, que los alumnos pueden traer temas del alemán que les cuestan, los explicamos y practicamos.

Para aquellas ocasiones en que los temas a tratar puedan ser relevantes para distintos cursos, ya que suelen ser temas recurrentes que cuestan en el aprendizaje del alemán, vamos a trabajar con el método del “teachers helper” donde los alumnos que tienen asumido el tema, explican el tema a los demás, con la ayuda del docente.

Esto conlleva que los que explican el tema, llegan a un nivel más profundo de asimilación.

Para orientar mejor este refuerzo, trabajamos en conjunto con los profesores/as que cada alumno tiene en el colegio para detectar las debilidades de cada curso y alumno.



# YOGA & MINDFULNESS

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
16:35 h - 17:50 h	Lunes	EI3 - EI4	45 €
16:35 h - 17:50 h	Jueves	EI5 - 6K	45 €

El yoga es una actividad pensada para que los niños tomen **conciencia del cuerpo, trabajen la atención, la confianza, la autoestima, que puedan desarrollar la capacidad de relajación, la conciencia del otro y del grupo, el trabajo en equipo** y, sobre todo, ¡divertirse!

Trabajamos siempre adaptándonos a la edad ya los niños, y escuchando las necesidades de cada uno, y del grupo.

El yoga es un espacio que nos permite detener el tiempo. Un espacio que va a la contra de este tiempo estresante para los niños (de realizar actividades, ir de un lugar a otro, tener que competir... utilizar la razón, la mente...).

Es un espacio donde conectar con la respiración, con el dejarse ir, con uno mismo... **un oasis en este mundo acelerado.**

Nos acercamos al mundo del yoga desde el juego. Los niños juegan, aprenden jugando, crecen jugando, viven jugando... No pretendemos con el yoga hacer una excepción, ni ponernos místicos, ni pretender que manera consciente y a base de repeticiones constantes y pesadas. Mejoraremos su respiración, sus posturas, su conciencia corporal también a partir del juego, de dinámicas divertidas y adaptadas a su edad evolutiva ya su contexto.

# MÚSICA

ACTIVIDAD	HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
Iniciación musical	16:35 h - 17:50 h	Martes	EI3 - EI4	54 €
Sensibilización musical	16:35 h - 17:50 h	Jueves	EI5 - 2K	54 €
Instrumento	Mediodía o tarde	Todos	1K - 10K	90 €

## **EI3 - EI4: Iniciación Musical**

### **EI5 - 2K: Sensibilización Musical**

Se irán incorporando mediante actividades tanto teóricas como prácticas, los distintos conceptos básicos de la música así como fomentar el amor por la música y la cultura como modo de expresión. El objetivo principal es el **desarrollo de las capacidades musicales** de cada niño trabajando el ritmo, la entonación, la escucha, la concentración, la creatividad, la atención y la memoria auditiva a través de actividades y juegos musicales. Además se busca que tengan un conocimiento general acerca del uso de la voz y el cuerpo como instrumento musical, así como sobre el sonido y funcionamiento de los distintos instrumentos musicales que existen. Y finalmente, mediante audiciones y visualizaciones diversas, se busca que tengan una visión general acerca de la historia de música desde sus inicios hasta la actualidad.

## **A partir de 1K: Instrumento**

Aprenderemos a tocar instrumentos en **clases individuales de 45 min** mediante la interpretación musical en su conjunto. Se trabajará tanto la parte de aprendizaje individual del instrumento como las diferentes habilidades sociales implicadas (escucha, colaboración, roles). Las clases se enfocan en ir incorporando paulatinamente las cuestiones técnicas del instrumento, que abarque tanto piezas del repertorio clásico del instrumento, como piezas que se vayan eligiendo junto con los alumnos a partir del gusto personal y las necesidades de cada uno, incentivando a la práctica musical con otros compañeros de la escuela de Música a través de conciertos y audiciones.

*Todos los alumnos que estén preparados, tanto a nivel grupal como en instrumento, y lo deseen, podrán participar en los **conciertos y audiciones** que organiza nuestro colaborador la Escola de Música Farré durante el curso.*

# DIBUJO ARTÍSTICO

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
16:35 h - 17:50 h	Lunes	3K - 6K	45 €

Actividad que ofrece a los alumnos la oportunidad de **desarrollar habilidades en el ámbito del dibujo y la expresión artística**. Esta actividad está diseñada para niños y jóvenes interesados en explorar y profundizar en el mundo de las artes visuales.

Durante las clases, los niños y niñas aprenden **diversas técnicas de dibujo**, como el uso de líneas, formas, sombras y texturas para representar objetos, personas o paisajes de forma precisa y creativa. También se fomenta la exploración de diferentes materiales, tales como lápices, carbón, pasteles, acuarelas o tinta, para crear efectos visuales y texturas diferentes.

Los alumnos trabajan en **proyectos artísticos** que pueden abarcar una amplia variedad de temas, como la naturaleza, el retrato, la abstracción o la ilustración. A través de estos proyectos, tienen la oportunidad de desarrollar su creatividad y expresar sus ideas.

Durante las sesiones, los profesores ofrecen orientación y consejos individuales a los estudiantes para ayudarles a mejorar sus habilidades y técnicas de dibujo. También se fomenta la participación activa y la colaboración entre los estudiantes, permitiéndoles compartir ideas e inspirarse mutuamente.

Esta actividad no sólo permite aprender técnicas y habilidades artísticas, sino que también ofrece beneficios adicionales. Esta actividad puede mejorar la concentración, paciencia y capacidad de observación de los estudiantes. Además, puede ayudarles a desarrollar su autoexpresión, confianza en sí mismos y apreciación del arte.

Por tanto, esta actividad ofrece la oportunidad de desarrollar habilidades técnicas, estimular su creatividad y expresarse a través del dibujo. Esperamos veros pronto!

# CINE

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
16:35 h - 17:50 h	Miércoles	E15 - 2K	45 €
16:35 h - 17:50 h	Martes	3K - 6K	45 €

El cine nos permite conocernos mejor, valorar la importancia del trabajo en equipo, y el trabajo del otro, reconocer y aceptar la propia imagen, y ser conscientes de su fuerza, discernir entre realidad y ficción y ver cómo los condicionantes externos pueden hacer llegar a un resultado totalmente distinto.

Es un espacio donde **aumentar la autoestima y la seguridad en uno mismo, donde estimular la creatividad, la imaginación y la espontaneidad, mejorar la sociabilidad y la comunicación...**y es un espacio donde pasarlo muy bien!

El cine es una posibilidad muy grande de acercarnos con nuestros niños y adolescentes a temáticas que les preocupan, que les motivan, que les animen... A hablar de la historia, del pasado, del futuro...a ver diferentes puntos de vista, mirarnos las historias desde diferentes ángulos, a fomentar el espíritu crítico y una conciencia más amplia y fundamentada.

Aprenderemos técnicas cinematográficas (tipo de planopicado, contrapicado, travellings..., de iluminación, el uso de la claqueta...).

Nos acercaremos a la historia del cine y tipos de cámaras...

Trabajaremos las bases del guión y géneros, la importancia de las localizaciones y tipos...Aprenderemos a crear climas, a elegir vestuarios, la importancia del espacio sonoro, lostimmings...;Aprenderemos, vamos, a gestionar una pequeña producción!

**Se trabajará un proyecto anual o trimestral** en decidir en función del grupo y de sus motivaciones: **largometraje, cortos, documental, videoclip, temáticas concretas...**

# COCINA

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL	MATRÍCULA
16:35 h - 17:50 h	Lunes	E15 - 6K	60 €	30 €

La mejor forma de promover el **aprendizaje de la cocina y la alimentación saludable** desde muy joven es fomentar la curiosidad por la cocina.

En la extraescolar de cocina usamos los principios básicos de la buena alimentación, las técnicas culinarias, las nuevas tendencias, los ingredientes de proximidad y temporada, en un ambiente distendido e interactivo, sin olvidar la cocina tradicional.

Promovemos el aprendizaje de la cocina, **incluyendo estas actividades y temas dentro nuestros programas:**

- Selección de alimentos saludables.
- Diferentes formas de cocinar saludable.
- Platos saludables.
- Control de las porciones.
- Etiquetado nutricional.
- Planificación de menús equilibrados.
- Información sobre los ingredientes de la receta.

Cada semana proponemos una receta diferente, incluyendo nuestros cocinados, primeros, principales. La última semana de cada mes, la reservamos para el postre. Sin olvidar las recetas tradicionales de nuestra cultura.



# ROBÓTICA

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
16:35 h - 17:50 h	Miércoles	E15 - 3K	45 €
16:35 h - 17:50 h	Martes	4K - 6K	45 €

La extraescolar de Robótica se fundamenta en un programa anual planificado desde el inicio del curso en el que vamos rotando la temática y herramientas que impartimos y utilizamos con el objetivo de **conseguir una actividad dinámica y todo a través del hilo conductor del lenguaje de programación.** Algunos **ejemplos** de las temáticas y herramientas que iremos alternando:

**Diseño 3D e impresión 3D:** Los alumnos conocerán el funcionamiento de los Pen 3D y los mecanismos necesarios para realizar sus propios diseños.

**Robótica educativa:** Se trabajará en equipo, intercambiando roles y participando con distintas funciones dentro del equipo. Trabajarán con componentes electrónicos y mecánicos, como Lego WeDo, Edison, Makey Makey o Micro:bit, con los que también aprenderán sobre programación sin dejar de tratar temas como la transmisión del movimiento o la conductividad.

**Montaje y manejo de drones:** Descubriremos cómo volar un dron usando únicamente la programación. Analizaremos diferentes tipos de drones, sus usos, las partes de un dron o las normas más importantes para realizar vuelos responsables.

**Programación de videojuegos y animaciones:** Se iniciaran en el mundo de la programación con Scratch. Aprenderemos a crear y editar personajes y escenarios para nuestras animaciones a la vez que descubriremos qué es una secuencia o qué tipo de bloque es necesario usar para que un programa se ejecute.

Video Informativo:

<https://www.youtube.com/watch?v=tbAjVcYFvks>

# MULTIDEPORTE

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
16:35 h - 17:50 h	Jueves	EI3 - EI4	40 €
16:35 h - 17:50 h	Lunes	EI5 - 2K	40 €
16:35 h - 17:50 h	Miércoles	3K - 6K	40 €

Actividad encaminada a la **iniciación en la práctica deportiva adaptada** según edades y los gustos de cada grupo.

Perfecta para quien quiera una extraescolar deportiva general, muy lúdica y enfocada al desarrollo integral del alumno. Practicarán **multitud de deportes y juegos**, aprenderán y desarrollarán los beneficios físicos, cognitivos y mejorarán sus habilidades motrices a través de la actividad física.

En **EI3 y EI4** combinaremos actividades, circuitos, juegos, pruebas, retos... asociados a distintos deportes con el objetivo de realizar actividad física, desarrollar las habilidades motrices y, sobre todo, ¡divertirse!

**A partir de EI5** se adaptará el programa y se practicarán distintos deportes a nivel iniciación (Fútbol, Voleibol, Baloncesto, Hockey, Tenis, Handbol, Rugby, Gimnasia...) y, en función de los gustos y demandas del grupo se combinarán con juegos tradicionales, cooperativos, simbólicos e, incluso, dejaremos volar la imaginación permitiendo a los alumnos crear sus propios deportes o juegos.



# INICIACIÓN AL FÚTBOL

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
16:35 h - 17:50 h	Martes	E15 - 2K	40 €

Actividad de iniciación al fútbol, **perfecta para estimular el desarrollo físico y psicomotricidad** de los alumnos mediante ejercicios de habilidad, fuerza, destreza, velocidad, flexibilidad, pase, tiro, circuitos de destreza, mejora en la visión del juego, etc.. y que, además, estimula el desarrollo cognitivo y de ciertos valores como el trabajo en equipo, compañerismo, el esfuerzo y las estrategias, que resultarán fundamentales para los alumnos para enseñarles conceptos básicos de la vida, como el compañerismo o la importancia del esfuerzo para lograr un bien común.

Esta actividad está encaminada a la iniciación pero con la intención de crear una pequeña escuela de fútbol para que posteriormente, a partir de 3K, aquellos que lo deseen, puedan continuar fuera del colegio en equipos que compitan con una **base de preparación** ya adquirida.

Es por ello que intentaremos realizar partidos amistosos periódicamente con otros colegios vecinos para crear una motivación extra y ayudar en esta preparación.





# AJEDREZ

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
Mediodía	*	1K - 6K	*

Patxi enseñará las técnicas fundamentales de Ajedrez y ofrecerá la oportunidad de ponerlas en práctica en clases muy participativas, a través de juegos, desafíos, partidas y torneos.

Ideal para estimular la capacidad de análisis, agilizar su sistema cognitivo, ayudando a comprender y manejar de mejor forma las situaciones que se puedan presentar.

\*Consultar con PATXI ([patxi@zurichschule.com](mailto:patxi@zurichschule.com)) tanto precios, como días, como procedimiento para inscripciones.



# ALEMÁN PARA ADULTOS

HORARIO	DÍAS	EDADES	PRECIO MENSUAL
16:35 h - 17:50 h	*1 día a la semana	Familiares	20 €

Esta actividad está diseñada para aquellos familiares que quieran aprender alemán de manera rápida, eficaz y de una forma más lúdica con el objetivo de adquirir conocimientos básicos, comunicarse fácilmente en el día a día, entender textos sencillos, ayudar a los hijos con los deberes...

Se realizará en grupos reducidos en las instalaciones de AV. Pearson.

\*Debes realizar la inscripción y luego nos pondremos en contacto para determinar preferencias de días.





Programa de actividades  
**Extraescolares**  
2023/24

