

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

CURSO 22-23



**NUEVA OFERTA:
ATLETISMO**



CEU
Colegio San Pablo
Sancharro



CARTA DEL DIRECTOR

Queridas familias:

Tenemos el placer de presentarles otro año más la oferta de actividades extraescolares para el curso 2022-2023

Como saben, las actividades extraescolares suponen un importante refuerzo en el desarrollo de los alumnos, pues además de divertirse y aprovechar parte de su tiempo libre, constituyen un complemento fundamental para desarrollar, no solo las destrezas y habilidades específicas de cada actividad por etapas educativas, sino también actitudes

y virtudes humanas como la fortaleza, la constancia, el trabajo en equipo, el esfuerzo, la generosidad o el respeto por uno mismo y por los demás.

Seguimos ofertando diferentes actividades extraescolares con el objetivo de que los alumnos reciban un apoyo a través de divertidas metodologías y dinámicas adaptadas a sus edades, así como la posibilidad de realizar exámenes oficiales de idiomas en el propio Colegio.

Como novedad, habiendo mejorado mucho la situación de emergencia sanitaria que arrastramos desde hace dos cursos, queremos ofrecer actividades de idiomas para las familias.

Quiero agradecerles la confianza depositada en nuestro Proyecto Educativo y reiterarles que, como siempre, estamos a su entera disposición.

Reciban un cordial saludo,

Carlos Ortiz Sanchidrián
Director del Colegio CEU San Pablo Sanchinarro



ÍNDICE DE ACTIVIDADES

Educación infantil

Escuela de fútbol
Judo
Predeporte
Escuela de Patinaje
Escuela de Baloncesto

Educación primaria

Baloncesto
Deportes de raqueta
Fútbol
Gimnasia rítmica
Judo
Patinaje
Voleibol
Atletismo

EDUCACIÓN SECUNDARIA Y BACHILLERATO

Baloncesto
Fútbol
Judo
Patinaje
Voleibol



ACTIVIDADES



BALONCESTO

El baloncesto es un deporte de equipo que mantiene a sus jugadores en constante movimiento y atención, por lo que brinda importantes beneficios físicos e intelectuales a los niños. Además, por ser precisamente de equipo favorece las habilidades sociales y fomenta valores tan importantes como el compañerismo, el respeto y la integración. Incluso en la modalidad de competición escolar, prima la cooperación y empatía para el bien del equipo común.

A partir de 1º de primaria los alumnos compiten en los Juegos Deportivos Municipales. Los equipos se crearán según criterios educativos y deportivos, siguiendo el proyecto de formación del centro. La asistencia a las competiciones es obligatoria. En caso de estar solamente interesados en participar en los entrenamientos es necesario notificarlo por escrito vía e-mail.

Material específico para el desarrollo de la actividad: los entrenamientos se realizan con la ropa deportiva del colegio y los alumnos se cambiarán en el colegio. Para los partidos las familias deben adquirir el equipaje pertinente en la tienda del Colegio.

DEPORTES DE RAQUETA

Los deportes de raqueta son uno de los deportes más saludables para los niños, con importantes beneficios físicos y psicológicos tanto si se juega de manera individual como en parejas. Cualquier deporte de raqueta trabaja la motricidad del alumnado desarrollando su coordinación, el equilibrio así como la

visión al seguir las trayectorias de la pelota.

Material específico de la actividad: los alumnos que asistan a esta actividad deberán traer la ropa deportiva, zapatillas y una raqueta.

FÚTBOL

Este deporte universal cuenta con millones de adeptos en todo el mundo. Por medio de la motivación que los niños muestran para su práctica, se puede trabajar tanto los aspectos técnicos y tácticos del juego como todos los valores que promueve: colaboración, espíritu de equipo, respeto, liderazgo, crítica, justicia...

El fútbol se ofrece al alumnado desde los 3 años sin competición, empezando a competir a partir de 1º de primaria en la liga escolar. Los equipos se crearán según criterios educativos y deportivos, siguiendo el proyecto de formación del centro. La asistencia a las competiciones es obligatoria. En caso de estar solamente interesados en participar en los entrenamientos es necesario notificarlo por escrito vía e-mail.

Material específico de la actividad: el alumnado debe traer para esta actividad la ropa deportiva del colegio y zapatillas. Para los partidos las familias deben adquirir el equipaje pertinente en la tienda del Colegio.

GIMNASIA RÍTMICA

La gimnasia rítmica es un deporte que va más allá del puro esfuerzo físico. El trabajo y la disciplina se convierten en hábitos así como el aprendizaje, la asunción de responsabilidades y la relación con las compañeras.

Tanto en la modalidad individual como grupal se desarrolla progresivamente el equilibrio, la flexibilidad, la coordinación y la fuerza, unidos todos los ejercicios a la estética y la música y al uso de los distintos aparatos: aro, cinta, cuerda y mazas.

Este deporte se ofrece desde 1º de primaria hasta secundaria y a final de curso se realizará una exhibición que se coordinará con las familias para el tema de vestuario.

Material específico para la actividad: uniformidad deportiva del colegio y se recomienda uso de punteras de gimnasia.

JUDO

Este deporte olímpico tiene sus orígenes en un arte marcial japonés y fue declarado por la UNESCO como el mejor deporte inicial formativo para niños y jóvenes ya que permite una educación física integral. Es una actividad física muy completa que promueve valores como la amistad, la participación, el respeto y el esfuerzo por mejorar. El Judo es además una excelente herramienta para educar en la responsabilidad, crear un ambiente de sana convivencia y valorar las actitudes deportivas en lo personal.

Material específico: esta actividad se realizará con el judogi por lo que el alumnado debe llevarlo los días de la actividad y se cambiarán antes y después de la misma.



PATINAJE

Gracias a esta actividad se mejora la capacidad de movimiento sobre patines a través de variados ejercicios y juegos para llegar a la realización de más complejos deslizamientos incluso con algún obstáculo. Mejora la estabilidad y fortaleza muscular a la vez que hace ganar a los participantes confianza en sus posibilidades físicas. Una de las enseñanzas más importantes es aprender a caer para evitar lesiones graves.

Material específico de la actividad: es obligatorio el uso de muñequeras, rodilleras y coderas para la realización de la actividad. El casco no es obligatorio pero sí recomendable. Para realizar la actividad los alumnos deben traer la ropa deportiva del Colegio y en caso de competición será necesario el maillot.

PREDEPORTE

En esta actividad los niños se inician en el mundo del deporte a través de juegos, ejercicios y técnicas adaptadas a su edad con el objetivo de favorecer su coordinación, capacidad motora y el gusto por la actividad física. Sin especializarnos en ningún deporte en concreto, el alumnado podrá comenzar a desarrollar las destrezas específicas de cada deporte a la vez que mejorará su coordinación, flexibilidad, equilibrio y esquema corporal.

Material específico de la actividad: la actividad se realiza con la ropa deportiva del Colegio que los alumnos deben traer al Colegio el día de actividad.

VOLEIBOL

Este deporte de equipo es una excelente práctica para mantenerse en forma, promocionando hábitos de vida activa y saludable. La práctica del voleibol escolar se inicia con los juegos predeportivos para luego desarro-

llar los fundamentos básicos técnicos y finalmente desarrollar trabajos de sistemas y tácticas de entrenamiento.

El voleibol se ofrece al alumnado desde 1º de primaria con competición en la liga escolar. Los equipos se crearán según criterios educativos y deportivos, siguiendo el proyecto de formación del centro. La asistencia a las competiciones es obligatoria. En caso de estar solamente interesados en participar en los entrenamientos es necesario notificarlo por escrito vía e-mail.

Material específico de la actividad: el alumnado debe traer para esta actividad la ropa deportiva del colegio y zapatillas. Para los encuentros deportivos será necesaria la equipación específica de competición a la venta en la tienda del Colegio.

ATLETISMO

Esta actividad se ofrece para primaria y es perfecta para los niños con gran energía y ganas de moverse. De una manera divertida los alumnos mejorarán notablemente sus capacidad física y se adentrarán en disciplinas tales como las carreras, saltos, marcha y pruebas combinadas. Además, el atletismo ofrece a los alumnos beneficios tanto físicos como psicológicos, ya que les hará ganar en confianza y tener mayor autocontrol.

Material específico de la actividad: esta actividad se realiza con la ropa deportiva del Colegio.

Los alumnos se cambiarán antes de la actividad.



EDUCACIÓN INFANTIL

3 AÑOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
17.00-18.00	PREDEPORTE		PREDEPORTE		ESCUELA FÚTBOL

4 AÑOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
13.30 -14.30		JUDO		JUDO	JUDO
17.00-18.00	JUDO	PREDEPORTE	JUDO	PREDEPORTE	ESCUELA FÚTBOL ESCUELA DE BALONCESTO

5 AÑOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
13.30 -14.30		JUDO	EXP. ARTÍSTICA	JUDO	ESCUELA DE PATINAJE JUDO B
17.00-18.00	GIMNASIA RÍTMICA JUDO	PREDEPORTE	GIMNASIA RÍTMICA JUDO	PREDEPORTE	ESCUELA FÚTBOL ESCUELA DE BALONCESTO



EDUCACIÓN PRIMARIA



1º Y 2º EP	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
14:00-15:00	PATINAJE BALONCESTO	GIMNASIA RÍTMICA JUDO	DEPORTES DE RAQUETA PATINAJE BALONCESTO	GIMNASIA RÍTMICA JUDO	DEPORTES DE RAQUETA
17.00-18.00	JUDO BALONCESTO PATINAJE	GIMNASIA RÍTMICA FUTBOL VOLEIBOL	JUDO BALONCESTO PATINAJE	GIMNASIA RÍTMICA FUTBOL VOLEIBOL	ATLETISMO

3º Y 4º EP	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
14:00-15:00	JUDO GIMNASIA RÍTMICA	PATINAJE	JUDO DEPORTES DE RAQUETA GIMNASIA RÍTMICA	PATINAJE	DEPORTES DE RAQUETA
17.00-18.00	FUTBOL BALONCESTO PATINAJE (3º)	GIMNASIA RÍTMICA VOLEIBOL JUDO PATINAJE (4º)	FUTBOL BALONCESTO PATINAJE (3º)	GIMNASIA RÍTMICA VOLEIBOL JUDO PATINAJE (4º)	ATLETISMO

5º Y 6º EP	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
14:00-15:00	JUDO GIMNASIA RÍTMICA	PATINAJE	JUDO GIMNASIA RÍTMICA DEPORTES DE RAQUETA	PATINAJE	DEPORTES DE RAQUETA
17.00-18.00	VOLEIBOL	GIMNASIA RÍTMICA JUDO PATINAJE BALONCESTO	VOLEIBOL	GIMNASIA RÍTMICA JUDO PATINAJE BALONCESTO	ATLETISMO
18.00-19.00	GIMNASIA RÍTMICA	FUTBOL	GIMNASIA RÍTMICA	FUTBOL	

ESO Y BACHILLERATO



ESO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
17.00-18.00		BALONCESTO (1º Y 2º ESO)		BALONCESTO (1º Y 2º ESO)	
18.00-19.00	FUTBOL (ESO y Bach.) VOLEIBOL (ESO) JUDO	BALONCESTO (ESO y Bach.) PATINAJE (ESO y Bach.) VOLEIBOL (Bachillerato)	FUTBOL (ESO y Bach.) VOLEIBOL (ESO) JUDO	BALONCESTO (ESO y Bach.) PATINAJE (ESO y Bach.) VOLEIBOL (Bachillerato)	

PRECIO DE LAS ACTIVIDADES

Actividades 2 días a la semana (incluye competición): **53,20€** al mes

Actividades 1 día a la semana: **32,10€** al mes

NORMAS DE FUNCIONAMIENTO

1. Las clases comenzarán el 3 de octubre. Finalizarán el último día lectivo, dependiendo del calendario escolar.
2. La vía de comunicación será a través de la plataforma Alexia o correo electrónico.
3. Con esta inscripción los padres autorizan a su hijo a realizar la actividad.
4. Todas las actividades cuentan con un tiempo al inicio de las mismas para que los alumnos se cambien de ropa.
5. La inscripción en las actividades de Baloncesto, Voleibol y Fútbol implican la adquisición del equipaje deportivo estipulado. Esta equipación la podrán adquirir a partir del 10 de septiembre en Las Tablas en la dirección que se facilitará. Esta equipación no está incluida en las tarifas de las actividades.
6. Los alumnos que se inscriban a las actividades de Baloncesto, Voleibol y Fútbol deben cumplimentar tras la inscripción el formulario del siguiente enlace: <https://www.docendo.es/competicionceu/>
7. La actividad de Judo requiere de la adquisición del kimono y la banda correspondiente en el mes de octubre. El cargo de ambas cosas se realizará junto con la mensualidad de noviembre. Los alumnos también pueden federarse, requisito imprescindible para participar en competiciones y examinarse de cinturón. El importe de la licencia federativa son 76€, repartido en un primer cobro de 45€ en octubre y 31€ en marzo. Las familias que deseen federar a los alumnos deberán hacerlo mediante confirmación al email que enviará la coordinación de extraescolares.

8. Los alumnos de Patinaje artístico, pueden adquirir la equipación del CEU para la actividad en el establecimiento de Las Tablas que indicaremos a partir del 15 de septiembre. A partir del mes de enero se ofrecerá la posibilidad de la federación de los alumnos.
9. En Gimnasia Rítmica, además de la ropa deportiva del colegio, los alumnos deben traer punteras.
10. En Deportes de raqueta a lo largo del curso se realizará: Tenis, Bádminton y Ping Pong. Los alumnos deberán traer la raqueta correspondiente al deporte que se vaya a realizar cada trimestre.
11. El Patinaje que se ofrece en la franja de mediodía es en línea. Todos los alumnos que realicen actividades deportivas estarán sujetos a las Normas de Comportamiento y Convivencia. Los entrenadores estarán obligados a hacerlas cumplir. Se hará prueba de nivel.

CONDICIONES GENERALES DE MATRICULACIÓN

1. El primer plazo de matriculación se abre del 8 al 22 de julio. En septiembre se abre un segundo plazo del 5 al 18. Si no recibe notificación alguna, le habrán correspondido todas las actividades elegidas.
2. Se informa que el solicitante, padre, madre o tutor, debe contar con el consentimiento de la otra parte para contratar cualquiera de los servicios del Colegio.
3. La falta de pago en alguna de las cuotas de las actividades extraescolares implicará la suspensión temporal de las inscripciones. Los importes en ningún caso son prorrateables, se liquidará el importe íntegro haya o no asistido a la actividad el mes completo, salvo causa médica justificada.
4. No se permitirán cambios durante el mes, salvo motivo justificado.
5. Las cuotas mensuales se cargarán al inicio de cada mes.
6. Existen actividades en las que por disponibilidad de las instalaciones del Colegio y para ofrecer mayor calidad, hay un cupo máximo de alumnos por grupo. Admitiremos a los alumnos por riguroso orden de inscripción.
7. El centro se reserva el derecho a suspender cualquier actividad por no llegar a un número mínimo de alumnos.
8. La baja de un alumno deberá ser comunicada por escrito (es posible hacerlo por e-mail) al Coordinador de Actividades Extraescolares: extraescolares.sanchinarro@ceu.es, siempre antes del día 20 de cada mes. La baja surtirá efectos económicos a partir del mes siguiente. Una vez pasada esa fecha no se devolverá la cuota de la actividad.
9. En caso de suspensión de la actividad presencial por instrucciones del gobierno o CCAA, el Colegio abonará a las familias la parte proporcional de las cuotas pagadas, excepto la matrícula que se prorrateará al finalizar el curso escolar para verificar los periodos realmente afectados.



EL VALOR DE LA DIFERENCIA



CEU

Colegio San Pablo
Sanchinarro

Colegio CEU San Pablo Sanchinarro

Niceto Alcalá Zamora 43. 28050 Madrid

Teléfono: 91 392 34 40/41

Email: info.sanchinarro@ceu.es

www.colegioceusanchinarro.es