

2022-2023

EXTRA ESCOLARES

INFANTIL - PRIMARIA

CEIP SAN JUAN





Desde Saludfit Canarias y el equipo quiere darles las gracias por la confianza depositada en nuestro trabajo a lo largo de todos estos años.

PROYECTO

Saludfit es un servicio innovador de Actividades Extraescolares, basado en la individualidad de cada persona, favoreciendo el carácter lúdico, educativo y de salud de la práctica deportiva y educativa, con el objetivo de mejorar el bienestar físico, mental y social.





JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

El Servicio de Actividades Extraescolares tiene como finalidad posibilitar las obligaciones laborales de los padres y madres y el proceso educativo de sus hijos, ya que en ocasiones los horarios del centro escolar no se adaptan a las necesidades organizativas de los padres y madres. Por ello, ofertamos un servicio para que las familias puedan conciliar la vida escolar de sus hijos con sus obligaciones laborales y conseguir que sus hijos aprendan y se diviertan participando en actividades lúdico-deportivas y talleres educativos.





Objetivos



- 1º Educar a los alumnos en la participación e igualdad.
- 2º Favorecer la comunicación y convivencia entre los participantes.
- 3º Potenciar y desarrollar la capacidad del trabajo en grupo.
- 4º Formar la autonomía del alumno fuera del hogar.
- 5º Ofrecer como colegio un servicio de calidad con nuestra colaboración.
- 6º Ofrecer a las familias que trabajan unas actividades en las que el alumno disfrute y a su vez enriquezcan su acervo personal.
- 7º Educar en al igualdad de sexos, razas y creencias, creando una sensación de autonomía e independencia, sin olvidar el trabajo cooperativo y de grupo.
- 8º Fomentar la camaradería y la participación potenciando la colaboración entre los alumnos sin competitividad, usando ante todo el dialogo.
- 9º Fomentar la amistad, la relación y diversión a través de la educación.
- 10º Analizar las inquietudes y demandas de los jóvenes de hoy.
- 11º Desarrollar una actitud crítica y positiva hacia las necesidades.
- 12º Aprender a desarrollar el tiempo libre con actividades y nuevas formas de dinamización, valorando el mundo natural y social que les rodea.





FÚTOL SALA

La filosofía de esta actividad se basa en el desarrollo del aprendizaje mediante un sistema de entrenamiento global. A través del juego y la resolución de situaciones técnico-lácticas, se hace hincapié en la importancia de la toma de decisiones en el deporte, contribuyendo con ello a la maduración y autonomía personal.



Edades: Infantil y Primaria
Días : MIÉRCOLES Y VIERNES
Horario: 15:30-16:30 horas
Primaria
Mínimo: 8 añ Máximo : 20ñ
Precio: SOCIOS 16€/NO SOCIOS 26€





FÚTOL SALA



Contenidos

A nivel táctico: las respuestas al juego en relación con las referencias próximas al balón.

A nivel técnico: Los gestos técnicos fundamentales, ofensivos y defensivos, en los que se basa todo el juego.

A nivel físico: La motricidad general, trabajando el desarrollo de las habilidades motrices básicas (coordinación, equilibrio, desplazamientos, saltos, etc.) y habilidades motrices específicas (atendiendo a los requerimientos del propio juego).

A nivel competitivo: La Transferencia de lo practicado en simulaciones competitivas para todos los participantes, generando, por lo tanto, situaciones de colaboración y oposición entre jugadores que no se conocen entre sí.

Técnica individual: Ejercicios simples de conducción, golpeos, controles, desmarques, marcajes, regates, etc.

Técnica colectiva: Ejercicios simples de pases, jugadas de estrategia, principios tácticos, etc.

La flexibilidad, la movilidad articular

Las habilidades motrices básicas.



BALONCESTO

La filosofía de esta actividad se basa en el desarrollo del aprendizaje mediante un sistema de entrenamiento global. A través del juego y la resolución de situaciones técnico-lácticas, se hace hincapié en la importancia de la toma de decisiones en el deporte, contribuyendo con ello a la maduración y autonomía personal.

Edades: Infantil y Primaria

Días : MARTES Y JUEVES

Horario: 15:30-16:30 horas

Primaria

Mínimo: 8 añ Máximo : 20añ

Precio: SOCIOS 16€/NO SOCIOS 26€





BALONCESTO



Contenidos

A nivel táctico: las respuestas al juego en relación con las referencias próximas al balón.

A nivel técnico: Los gestos técnicos fundamentales, ofensivos y defensivos, en los que se basa todo el juego. La Técnica individual: Ejercicios simples de bote, dominio del balón, recepciones, tiros, etc. La técnica colectiva: Ejercicios simples de pases, jugadas de estrategia, principios tácticos, etc.

A nivel físico: La motricidad general, trabajando el desarrollo de las habilidades motrices básicas (coordinación, equilibrio, desplazamientos, saltos, etc.) y habilidades motrices específicas (atendiendo a los requerimientos del propio juego).

A nivel competitivo: La Transferencia de lo practicado en simulaciones competitivas para todos los participantes, generando, por lo tanto, situaciones de colaboración y oposición entre jugadores que no se conocen entre sí.

La flexibilidad, la movilidad articular

Las habilidades motrices básicas.

Three small icons above the title: a yellow figure jumping, a blue figure running, and a green figure in a starting block.

ATLETISMO ESCOLAR



El atletismo es un deporte con gran variedad de habilidades y destrezas básicas; suelen agruparse en: carreras lisas y con vallas, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas y marcha.

Es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad o en resistencia, en distancia o en altura.

Edades: Primaria

Días : MARTES Y JUEVES

Horario: 15:30 A 16:30

Mínimo: 8 añ **Máximo :** 15 añ

Precio: SOCIOS 18€/NO SOCIOS 28

Espacio: PATIO EXTERIOR



Objetivos

- Desarrollar las habilidades motrices básicas y específicas.
- Mejorar la técnica individual de las diferentes modalidades.
- Trabajar y apreciar las formas básicas de resistencia y velocidad contribuyendo a su desarrollo.
- Mejorar la capacidad de dosificar el esfuerzo en función de la tarea a realizar.
- Estimular el auto progreso y el afán por superarse a sí mismo.



Contenidos

- *Práctica de técnicas, salidas, carreras, saltos, lanzamientos, etc.*
- *Práctica de juegos que impliquen la utilización de las habilidades que se utilizan en este deporte.*
- *Participación activa asumiendo el rol que le toque realizar valorando la mejora cualitativa de las diferentes técnicas.*
- *Fomento del valor educativo de los deportes individuales.*





Y EN CASO DE LLUVIA



PARECE QUE HOY HAY PREVICCIÓN DE
LLUVIA
¡NO TE PREOCUPES!
Tenemos una actividad alternativa



EXTRA 
ESCOLARES

@
saludfitcanarias@gmail.com


646 66 41 82
640 73 77 76


www.saludfitcanarias.com



www.saludfitcanarias.com



www.facebook.com/pages/Saludfit

@saludfitcanarias

Tel : 646 66 41 82