



Colegios **RC** Española

YOU ARE HIGHLANDS!

CHALLENGE YOURSELF. MAKE A DIFFERENCE.

CATÁLOGO DE EXTRAECOLARES

BIENVENIDA Y NORMAS GENERALES

Queridas familias:

A continuación, os damos a conocer la oferta de actividades extraescolares que ofrece el colegio para el curso 2024-25. Esperamos que sea una gran temporada para los alumnos y aprendan mucho, a la vez que disfrutan y, además colaborando de una manera activa en su formación integral.

A continuación, os presentamos una serie de puntos a tener en cuenta antes de hacer la inscripción:

1. Cada actividad extraescolar tendrá un mínimo de inscritos necesario para poder realizarse. En caso de no llegar al mismo, se avisará con antelación y se dará la posibilidad de cambiar por otra actividad. De ahí la importancia de cumplir los plazos de inscripción.
2. Las plazas disponibles en cada actividad se irán cubriendo por orden de inscripción, pudiendo quedarse alumnos sin poder optar a las mismas. En algunas actividades se respetará la reserva hecha en junio, se tendrá en cuenta la continuidad de alumnos inscritos en temporadas anteriores siempre y cuando hayan hecho la reserva de plaza en junio en las actividades que se hayan ofrecido y tendrán preferencia alumnos de la temporada anterior.
3. Para sacar el máximo rendimiento a cada actividad, las inscripciones y permanencia serán trimestrales. A excepción de la actividad de natación, la cual podrá ser mensual. Para realizar altas, bajas o cambios de actividad el resto del año os iremos informando de las fechas de solicitud, y se realizarán a través de la plataforma Alexia o enviando un correo a extraescolares@highlandslosfresnos.es siempre poniendo en copia a administracion@highlandslosfresnos.es . A excepción de la Escuela de natación Menudos Delfines y en la actividad de Pádel, que se realizará directamente a través de los contactos directos de cada proveedor. No se aceptará ningún otro proceder (por teléfono, entrenadores, profesores, etc.) como válido.
4. La mayoría de las actividades comenzarán el 1 de octubre y finalizarán el último día lectivo. En el caso de la de la escuela de natación ,pádel y voleibol, las clases comenzarán el día 9 de septiembre .
5. En todas las actividades no serán recuperables los días festivos y no lectivos. Podéis comprobar los días en el calendario lectivo y así valorar la realización de la inscripción. Tampoco se realizarán extraescolares los días en los que la jornada lectiva finalice a las 14:00h.En el caso de que las actividades tengan horario de medio día y los alumnos tengan una salida cultural, tampoco podrá ser recuperable.
6. IMPORTANTE: Antes de realizar la inscripción os rogamos que las actividades elegidas no coincidan en horario con otras.
7. Algunas actividades son independientes de la gestión del colegio. Si están interesados en la realización de alguna de esas actividades, tendrán que ponerse en contacto con las empresas gestoras.
8. La fecha límite de inscripción será el 15 de septiembre de 2024.
9. Cuando finalice el periodo de inscripción, recibiréis más información sobre el material necesario según la actividad en la que estén inscritos vuestros hijos.
10. El colegio, podrá realizar alguna modificación de horario si fuese necesario.

PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN

Las inscripciones, se realizarán de diferente manera dependiendo de la actividad. **Algunas se realizarán a través de la plataforma ALEXIA y otras, a través de los proveedores directamente.** A continuación, os detallamos la manera de realizarlo.

PLAZO DE INSCRIPCIÓN hasta el 15 de Septiembre.

ALEXIA

A través de esta plataforma podréis realizar la inscripción de las siguientes actividades:

- Mini fútbol
- Fútbol
- Voleibol
- Gimnasia Rítmica Escuela
- Ajedrez
- Judo
- Baloncesto
- Estudio vigilado de Mañana
- Estudio Vigilado de Tarde
- Debate
- Guitarra grupal

Antes de realizar la inscripción **es importante disponer de las claves de acceso.** A través de la página de inicio de ALEXIA hacer clic en el apartado Extraescolares - Ver todas. (¡Importante: hacer clic en ver todas!)



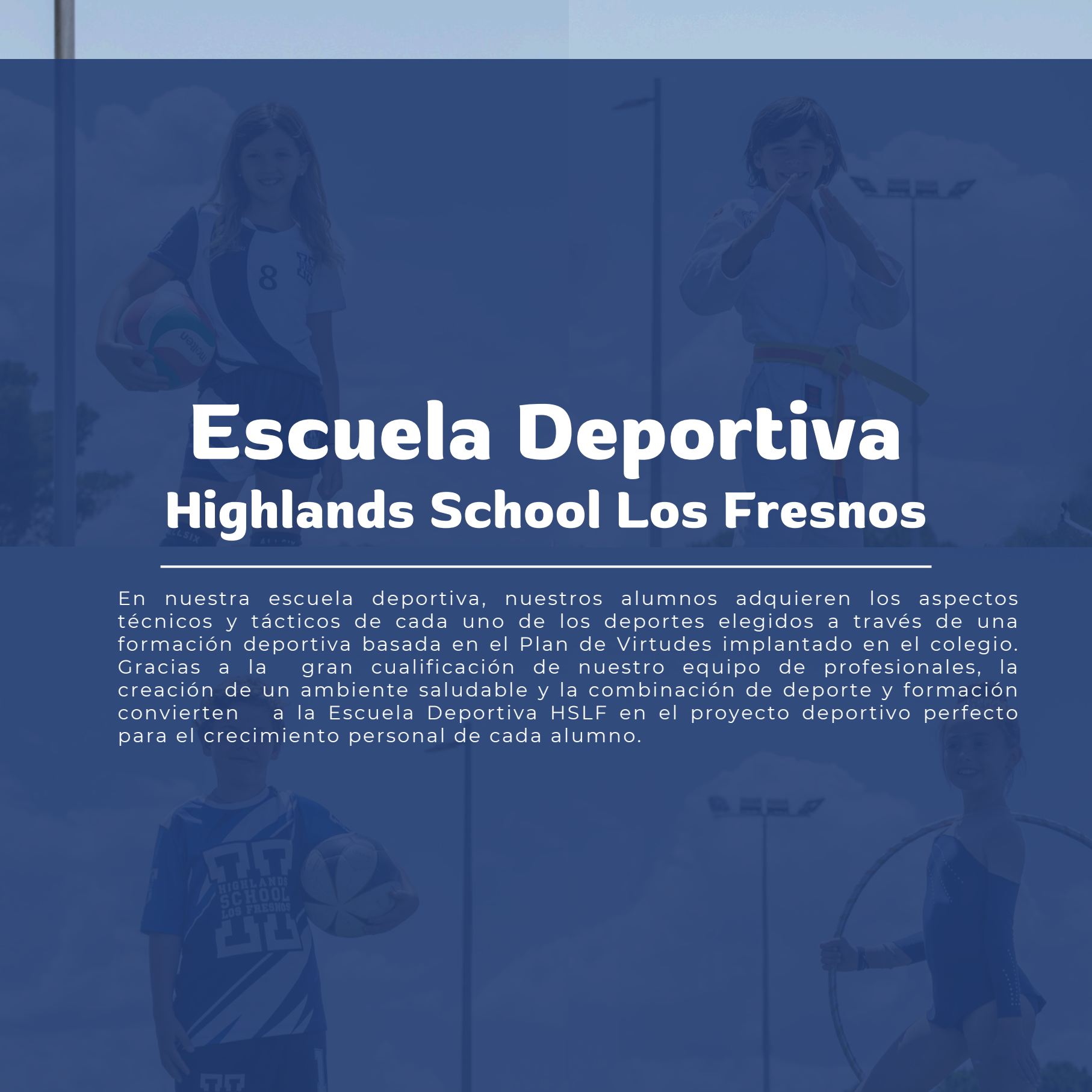
Seleccionar el perfil del alumno en la barra superior, marcar la actividad deseada y hacer clic en "Solicitar", botón situado en la parte superior izquierda. Una vez solicitado, no se recibirá confirmación de inscripción.

Dependiendo de la edad del alumno, se mostrarán únicamente las actividades a las que tiene acceso.

PROVEEDORES

La inscripción de las siguientes actividades se realizará directamente a través de sus proveedores:

- **ACTIVIDADES ACUÁTICAS:** La inscripción se realiza a través del correo electrónico fresnos@menudosdelfines.com o bien, rellenando **este formulario** de inscripción que encontraréis en la página web www.menudosdelfines.com
- **PIANO, VIOLÍN Y GUITARRA GRUPAL:** La solicitud de plaza de la actividad se realizará rellenando el **siguiente formulario**, e indicando nombre, apellidos, curso del alumno, días disponibles para realizar la actividad, instrumento deseado y franja horaria (mediodía/tarde). Para más información, podéis consultarla web www.ethea.es
- **LUNARES BLANCOS:** La inscripción a las actividades de Danza clásica, Danza Moderna, Flamenco y Sevillanas se realizará a través de **este formulario**. Para más información, podéis consultar la web o a través del correo electrónico lunaresblancoshighlands@gmail.com
- **SOCIOSPORT:** Actividad de Pádel y Escuela de Pádel a través del correo electrónico websociosports@gmail.com. Los entrenamientos personales se pueden reservar a través de academyadse@gmail.com y websociosports@gmail.com.



Escuela Deportiva Highlands School Los Fresnos

En nuestra escuela deportiva, nuestros alumnos adquieren los aspectos técnicos y tácticos de cada uno de los deportes elegidos a través de una formación deportiva basada en el Plan de Virtudes implantado en el colegio. Gracias a la gran cualificación de nuestro equipo de profesionales, la creación de un ambiente saludable y la combinación de deporte y formación convierten a la Escuela Deportiva HSLF en el proyecto deportivo perfecto para el crecimiento personal de cada alumno.

ESCUELA DE FUTBOL

Categoría Chupetín

Jirafas y Castores

Categoría Prebenjamín

1º y 2º de Primaria

Categoría Benjamín:

3º y 4º de Primaria

Categoría Alevín

5º y 6º de Primaria

Categoría Infantil

1º y 2º de ESO

Categoría Cadete

3º y 4º de ESO

Categoría Juvenil

Bachillerato

Categoría Senior

Alumnis



**INSCRIPCIÓN
ALEXIA**

Actividad cuyo objetivo es ir adquiriendo desde edades tempranas conocimientos propios del Fútbol a través de: juegos de habilidad, destreza, coordinación en las primeras edades y entrenamientos específicos en edades superiores. Irán desarrollando el conocimiento de las diversas técnicas, reglas y aspectos tácticos de este deporte. Además, trabajarán otras habilidades motrices básicas y específicas, que ayudarán a los jugadores a mejorar su forma física, afectando también de manera muy positiva al área cognitiva, social y actitudinal.

Nuestros alumnos, desde categoría Prebenjamín, tendrán la opción de inscribirse en ligas adaptadas a su edad.

COMPETICIONES

- Nuestros equipos juegan en ligas municipales colindantes a nuestro municipio, siendo más flexibles y garantizando que todos los jugadores tendrán minutos de juego.
- Los alumnos/as que se inscriban a la opción de NO COMPETICIÓN y deseen competir posteriormente, no tienen garantizada la plaza en el equipo.

- Los alumnos que elijan la modalidad de SI COMPETICIÓN, deberán cumplir las siguientes condiciones:

1. Si son alumnos nuevos, podrán ser convocados a realizar pruebas de nivel o esperar a que se configure equipo nuevo si está completo el de su categoría, teniendo que quedarse en la opción de entrenamiento hasta que salga equipo.
2. Deberán cumplirse una serie de puntos en la normativa de competición:
 - Compromiso a la asistencia a los partidos.
 - Compromiso a traer la ropa indicada a los entrenamientos
 - Compromiso a avisar de la no asistencia al entrenamiento y/o partido con suficiente antelación
3. Los entrenadores os informarán de aspectos prácticos en cuánto nos informen las diferentes entidades a la que nos inscribamos.
4. Los alumnos nuevos en la actividad inscritos en SICOOMPETICIÓN, recibirán la equipación oficial, la cual seguirán utilizando hasta que no les sirva. Quien necesite reponerla, podrá comprarla solicitándola a través del correo extraescolares@highlandslosfresnos.es indicando talla y número de jugador. Su precio será de 45€ y se podrá abonar en la recepción o por transferencia bancaria al número de cuenta que se le indique.

*La actividad se realizará al aire libre, por lo cual si la meteorología no lo permite se intentará suplantar la sesión de entrenamiento convencional por una sesión de carácter teórico, táctico o físico.

ESCUELA DE FUTBOL

INFANTIL

2 DÍAS: **45€**

PRIMARIA

ENTRENAMIENTO: **47€**

ENTRENAMIENTO + COMPETICIÓN:

47€ + 100€ (Prorratedo en 2 cuotas de 50€)

SECUNDARIA

ENTRENAMIENTO: **47€**

ENTRENAMIENTO + COMPETICIÓN:

47€ + 100€ (Prorratedo en 2 cuotas de 50€)

** En caso de baja en alumnos de competición la cuota de 100€ se cobrará íntegra.

Categoría Chupetín

Jirafas y Castores

Categoría Prebenjamín

1º y 2º de Primaria

Categoría Benjamín:

3º y 4º de Primaria

Categoría Alevín

5º y 6º de Primaria

Categoría Infantil

1º y 2º de ESO

Categoría Cadete

3º y 4º de ESO

Categoría Juvenil

Bachillerato

Categoría Senior

Alumnis

ESCUELA DE VOLEIBOL

Nuestras jugadoras, irán desarrollando el conocimiento de las diversas técnicas, reglas y aspectos tácticos de este deporte. Además, trabajarán otras habilidades motrices básicas y específicas, que les ayudará a mejorar su forma física, afectando también de manera muy positiva al área cognitiva, social y actitudinal.

Nuestras alumnas, desde categoría Prebenjamín tendrán la opción de inscribirse en ligas adaptadas a su edad.

COMPETICIONES

- Los alumnos que se inscriban a la opción de NO COMPETICIÓN y deseen competir posteriormente, notienen garantizada la plaza en el equipo.
- Los alumnos que elijan la modalidad de SI COMPETICIÓN para que la actividad sea totalmente formativa, deben tener en cuenta que:

*Si son alumnos nuevos, podrán ser convocados a realizar pruebas de nivel o esperar a que se configure equipo nuevo si está completo el de su categoría, teniendo que quedarse en la opción de entrenamiento hasta que salga equipo.

*Deberán cumplirse una serie de puntos en la normativa de competición:

- Compromiso a la asistencia a los partidos.
- Compromiso a traer la ropa indicada a los entrenamientos
- Compromiso a avisar de la no asistencia al entrenamiento y/o partido con suficiente antelación

* Los entrenadores os informarán de aspectos prácticos en cuanto nos informen las diferentes entidades a la que nos inscribamos.

* Los alumnos nuevos en la actividad inscritos en SI COMPETICIÓN, recibirán la equipación oficial, la cual seguirán utilizando hasta que no les sirva. Quien necesite reponerla, podrá comprarla solicitándola a través del correo extraescolares@highlandslosfresnos.es indicando talla y número de jugador. Su precio será de 45€ y se podrá abonar en la recepción o por transferencia bancaria al número de cuenta que se le indique.

PRIMARIA

ENTRENAMIENTO + COMPETICIÓN:

44€ + 100 (Prorratedo en 2 cuotas de 50€)

132 euros Trimestral

SECUNDARIA

ENTRENAMIENTO: **46€**

ENTRENAMIENTO + COMPETICIÓN:

46€ + 100 (Prorratedo en 2 cuotas de 50€)

INTENSIVO (1H30) + COMPETICIÓN: **65€ +**

100 (Prorratedo en 2 cuotas de 50€)

138 euros Trimestral

Categoría Benjamín:
3º y 4º de Primaria

Categoría Alevín
5º y 6º de Primaria

Categoría Infantil
1º y 2º de ESO

Categoría Cadete
3º y 4º de ESO

Categoría Juvenil
Bachillerato

Categoría Senior
Alumnis



**INSCRIPCIÓN
ALEXIA**

*El horario de Secundaria está sujeto a cambios en función de las alumnas inscritas. Puede haber cambio de día.

** En caso de baja en alumnos de competición la cuota de 100€ se cobrará íntegra.

ESCUELA DE GIMNASIA RÍTMICA

Disciplina deportiva cuyo objetivo, es ir adquiriendo desde edades tempranas, conocimientos propios de este deporte, principalmente, coordinación, expresión y sentido del ritmo. Se trabajará a través de entrenamientos progresivos. Este deporte ayuda a la adquisición de habilidades y capacidades físicas propias del mismo. Trabajarán otras habilidades motrices básicas y específicas, que ayudarán a las gimnastas a mejorar su forma física, afectando también de manera muy positiva al área cognitiva, social y actitudinal.

Nuestras alumnas podrán disfrutar de ella desde los 4 años y tendrán oportunidad de participar en exhibiciones o competiciones según el nivel. Las alumnas de competición optarán por la modalidad individual y/o conjunto cuando la entrenadora considere que están preparadas para ello. El trabajo irá en progresión con la finalidad de llegar a ejecutar de manera precisa: saltos, giros, ondas, acrobacias, pasos rítmicos y control de cada aparato según la edad que corresponda (cuerda, pelota, aro, cinta y mazas).

Objetivos:

- Desarrollar la capacidad expresiva y estética de este deporte en las alumnas.
- Adquirir y mejorar las capacidades físicas básicas, flexibilidad, velocidad, fuerza y resistencia.
- Adquirir habilidades motrices específicas: esquema corporal, coordinación general, coordinación espacio-temporal y manejo de objetos o móviles.
- Trabajar la expresión y la emoción.
- Adquirir hábitos saludables e higiene postural. Importante para un desarrollo corporal armonioso.
- Aceptar normas y límites para el buen desarrollo del entrenamiento y de la ejecución del ejercicio.
- Interiorizar valores como el respeto, la disciplina, el esfuerzo y el respeto a los demás.

ESCUELA DE GIMNASIA RÍTMICA: **47€/mes**

*GIMNASIA RÍTMICA COMPETICIÓN: **72€/mes**

Desde Jirafas
hasta Bachillerato



INSCRIPCIÓN
ALEXIA

*La Gimnasia Rítmica de Competición son entrenamientos de 2 horas de duración. Será la entrenadora la encargada de seleccionar a las niñas, ya inscritas en la Escuela, a esta modalidad. Por tanto no habrá opción de inscribirse por Alexia. La entrenadora avisará directamente a la familia.

ESCUELA DE AJEDREZ

en colaboración con
AJEDREZ LAS DOS TORRES

La escuela de ajedrez Las dos Torres, se encarga de que nuestros alumnos aprendan a jugar al ajedrez . Este deporte, que reporta beneficios claramente visibles en el proceso educativo del alumno, fomentando en él el hábito de estudio y de lectura, además de desarrollar 23 aspectos esenciales en la educación y formación de los alumnos:

Desarrollo intelectual	Imaginación
Concentración	Creatividad
Memoria	Paciencia
Razonamiento lógico	Disciplina
Pensamiento científico	Tenacidad
Autocrítica	Atención a varias cosas a la vez
Responsabilidad personal	Cálculo de riesgos
Motivación	Deportividad
Autoestima	Cumplimiento de las reglas
Planificación	Respeto al adversario
Previsión de consecuencias	Cálculo espacial
Capacidad de cálculo	

El objetivo primordial es conseguir que sus hijos disfruten aprendiendo ajedrez, algo más que un juego.

Entre las actividades previstas destaca la realización de un torneo interno (durante el horario de clase) con todos los alumnos que estén inscritos, de tal forma que al finalizar dicho curso se entregarán trofeos para los primeros clasificados y una medalla de ajedrez para todos los participantes. También se celebrará el “VI Torneo de Ajedrez Highlands School Los Fresnos”, al que todos están invitados.

Además Ajedrez Las Dos Torres celebra varios torneos gratuitos en los que también podrán participar los padres y demás familiares. Mas información en www.ajedrezlasdostorres.es o a través del correo ajedrezlasdostorres@gmail.com

ESCUELA DE AJEDREZ:

34€ /Mensual

102€ /Trimestre

Desde Ed. Primaria



**INSCRIPCIÓN
ALEXIA**

ESCUELA DE JUDO

en colaboración con
JUDO CLUB RIVAS

Como cada curso, el Club Rivas de Judo, encabezado por Paco Lorenzo , como director deportivo,(Cinturón Negro 8 Dan Blanco-Rojo, Diploma Olímpico Barcelona 92 y Campeón del Mundo Master 2019). y Pilar Nieto Páez como entrenadora(Cinturón Negro 6 Dan Blanco-Rojo) ,nos ofrece la posibilidad de que nuestros alumnos se formen en una disciplina deportiva de defensa que desarrolla cualidades físicas, y facilita el desarrollo del autocontrol, la cooperación, el respeto al contrincante y a las normas. Adquirirán técnicas de juegos-judo (para los más pequeños) y técnicas judo de entrenamiento y competición para los más mayores. Podrán participar en exhibiciones, campeonatos municipales, autonómicos y nacionales

Para que los alumnos puedan acceder al cinturón negro, deberán ir pasando de Grados-Kyus (cinturones) . Para ello deberán tramitar una licencia federativa, la cual además les cubre de lesiones deportivas.

OBJETIVOS:

- Perfeccionar lo aprendido hasta ahora en su etapa de infantil.
- Desarrollar la lateralidad y el equilibrio, es importante que el alumno haga judo por la derecha como por la izquierda y trabaje con un solo punto de apoyo.
- Incrementar el número de técnicas en suelo y en pie.
- Incluir formas de trabajo específicas de judo suelo, (volteos, giros etc) desde distintas posiciones.
- Unir el judo pie con el judo suelo (en la primera etapa) y pie con pie (en la segunda etapa).
- Ampliar el vocabulario, especialmente el usado en competiciones.
- Al igual que en la etapa anterior el alumno realizará una prueba/examen para pasar de grado

Además del Judo, los alumnos de Secundaria inscritos en esta actividad, trabajarán técnicas de defensa personal, preparación física específica , recuperación de lesiones e higiene postural . Para más información: nietopili@gmail.com

Desde Jirafas



**INSCRIPCIÓN
ALEXIA**

ESCUELA DE JUDO: **50€**
150 €/ Trimestre

ESCUELA DE BALONCESTO

Actividad cuyo objetivo es ir adquiriendo desde edades tempranas conocimientos propios del Baloncesto a través de juegos de habilidad y destreza en las primeras edades, y de entrenamientos más específicos en edades superiores. Irán desarrollando el conocimiento de las diversas técnicas, reglas y aspectos tácticos de este deporte. Además, trabajarán otras habilidades motrices básicas y específicas, que ayudarán a los jugadores a mejorar su forma física, afectando también de manera muy positiva al área cognitiva, social y actitudinal.

OBJETIVOS:

- Iniciar a los alumnos en las habilidades motrices básicas del baloncesto.
- Conocer e interiorizar las reglas básicas del baloncesto.
- Mejorar las habilidades sociales básicas, la comunicación y el trabajo en equipo.
- Enseñar los valores educativos del deporte.
- Explotar esta edad tan importante para el desarrollo motor.
- Mejorar la técnica y la táctica tanto individual como colectiva: fundamentos individuales, táctica colectiva básica, lectura del juego y toma de decisiones...
- Cooperar en equipo para conseguir un objetivo con la ayuda de todos.

ESCUELA DE BALONCESTO: 47€
141€/Trimestre

Desde Ed. Primaria



**INSCRIPCIÓN
ALEXIA**

ESCUELA DE NATACIÓN

en colaboración con
MENUDOS DELFINES

La natación es una de las disciplinas deportivas más completa, cuyos beneficios en edades escolares contribuyen al desarrollo integral del alumno. Tiene grandes beneficios en la adquisición de mejores patrones de movimiento, así como de control corporal, tanto dentro como fuera del agua. Sin duda, la natación es un deporte que aporta beneficios a corto, medio y largo plazo.

Objetivos:

- Mejorar a nivel psicomotor en etapas tempranas.
- Perfeccionar la habilidad social a través del trabajo en grupo.
- Contribuir al desarrollo muscular.
- Familiarizar al alumno con el medio acuático, perdiendo el miedo inicial.
- Aprender y perfeccionar estilos básicos y avanzados.
- Desarrollar la flotación decúbito dorsal y ventral.
- Experimentar y desarrollar habilidades acuáticas de natación.
- Fomentar el gusto por la natación y la piscina en los alumnos influyendo de manera directa en patrones básicos y avanzados del alumno.
- Comprender e integrar las normas de la natación y del uso de las piscinas.
- Buscar autonomía del alumno en el medio acuático.

Las clases se iniciarán el 9 de septiembre y las inscripciones se realizan a través del formulario.

La escuela de natación Menudos Delfines, ofrece diferentes modalidades de actividades acuáticas. Podéis consultar más información en su web.

- NATACIÓN
- MATRONATACIÓN
- AQUAEROBIC
- NATACIÓN TERAPÉUTICA PARA TRATAMIENTO DE LESIONES
- NATACIÓN SINCRONIZADA
- NADO LBRE
- NADO MADRE/HIJO (Podrás nadar mientras vuestro hijo está en su clase)

**Desde los 4 meses hasta
Bachillerato**



INSCRIPCIÓN
FORMULARIO

ESCUELA DE PADEL

en colaboración con
SOCIOSPORTS

Escuela de enseñanza del deporte de la pala en la que prima la calidad y el trato personalizado. Diseñada para todas aquellas personas que deseen comenzar a practicar o mejorar su nivel actual de pádel.

Abierta a todos los niveles de juego, edad y objetivos, en la que se integran el aprendizaje de la técnica, la diversión, la actividad física, la competición y la sociabilización.

Nuestra máxima prioridad es adecuarnos a las necesidades de nuestros alumnos.

Nuestra escuela apuesta por un gran equipo de profesionales, muchos de ellos involucrados en proyectos del World Padel Tour, con gran nivel y años de experiencia en la docencia del deporte de la pala; que nos brindaran toda su comprensión, paciencia y cariño.

Todos nuestros monitores siguen la misma metodología de trabajo. Son los responsables de fijar los objetivos tanto físicos, técnicos y tácticos, como mentales y puedas ponerlos en práctica en partidos o en torneos de tu nivel. No solo nos detenemos ahí, sino que aportamos por la disciplina, la deportividad, el respeto y el compañerismo. De la misma manera que valoramos el esfuerzo, el sacrificio y el crecimiento personal.

Una buena metodología es esencial para una enseñanza de máxima calidad.

Ser miembro de nuestra escuela de pádel es un aliciente no sólo para practicar el deporte sino para conocer gente nueva del mismo nivel, con los cuales poder organizar tus propios partidos.

Apúntate a nuestra escuela, quedaras satisfecho.

MÁS INFO Y PRECIOS AQUÍ

INSCRIPCIÓN
websociosports@gmail.com
614264390

ESTRENAMIENTO PERSONAL

en colaboración con
SOCIOSPORTS

Entrenadores especialistas en entrenamiento personal con un amplio abanico de herramientas: entrenamiento funcional, kettlebell, Clubbbel, movilidad, patrones respiratorios y Pilates.

Todo esto dando un servicio súper exclusivo, tanto de manera individual como en small groups en los que habrá un máximo de 5 personas.

Cada persona tendrá su propio entrenamiento, y a su vez, habrá dinámicas grupales que harán todo más dinámico, ameno y divertido.

¿Quieres apuntarte? Te realizamos una entrevista rellenando una ficha en la que se tendrá en cuenta:

Objetivos, lesiones u operaciones, necesidades, circunstancias individuales, capacidades que consideras que tienes en ese momento actual y las que desean tener.

MÁS INFO Y PRECIOS AQUÍ



INSCRIPCIÓN

academyadse@gmail.com

A blue-tinted photograph of five students in school uniforms painting on easels outdoors. The students are positioned in a line, each focused on their work. The background shows a grassy field and some trees under a clear sky.

Actividades Culturales

Highlands School Los Fresnos

Gracias a un amplio catálogo de actividades culturales, los alumnos tienen la posibilidad de seguir creciendo en su desarrollo emocional e intelectual, fomentando la curiosidad y la creatividad.

ESTUDIO VIGILADO

Se ofrece la posibilidad de que los alumnos, a partir de 3º de Primaria, puedan permanecer en el centro bajo la supervisión de un profesor estudiando o realizando tareas. No se permitirá ninguna otra actividad que no sea esa.

HORARIO:

- 8:00 a 8:50h

5 días a la semana. Precio 47€/mes.

Inscripciones por ALEXIA

ESTUDIO VIGILADO: 47€

ESTUDIO VIGILADO

Se ofrece la posibilidad de que los alumnos, a partir de 3º de Primaria, puedan permanecer en el centro bajo la supervisión de un profesor estudiando o realizando tareas. No se permitirá ninguna otra actividad que no sea esa.

HORARIO:

- 17:00 a 18:00h

5 días a la semana. Precio 47€/mes.

Inscripciones por ALEXIA

ESTUDIO VIGILADO : 47€



INSCRIPCIÓN
ALEXIA

ESCUELA DE MÚSICA

La música es lenguaje, arte y cultura. Desde esta visión integradora, y conscientes de la importancia que estos primeros pasos tendrán en su formación artística y personal, nuestro programa curricular ofrece una formación musical e instrumental adaptada a la edad, al nivel y a la evolución de las capacidades de nuestros alumnos también la preparación de acceso al conservatorio a quienes opten por la realización de una formación reglada o estudios profesionales.

a escuela de música ofrece una formación musical e instrumental adaptada a la edad , nivel y capacidades del alumno, ofreciendo un módulo formativo en el que se inicia en la interpretación y técnica del instrumento elegido (piano y guitarra). Tendrán prioridad de plaza y elección de día y hora antiguos alumnos. El resto se asignarán por orden de inscripción.

INSTUMENTO

- **Guitarra GRUPAL** (Sesión 30´) – Desde Primaria hasta Bachillerato
- **Piano** (Sesión 30´) – Desde Castores hasta Bachillerato

Con estos instrumento se desarrollarán técnicas y actividades que permiten a los niños y niñas aprender a tocar dichos instrumentos, desarrollando así capacidades de expresión, sensibilidad, memoria y comunicación, además de fomentar su área más creativa.

PIANO :
74€ /Mes
222 € / Trimestral

GUITARRA GRUPAL: Min 2 max 5 alumnos.
55€ / Mes
165€ / Trimestral



INSCRIPCIÓN
FORMULARIO

DANZA

en colaboración con
LUNARES BLANCOS

Con el **ballet** y el **flamenco**, los alumnos practican habilidades motrices básicas, y utilizan una amplia variedad de música y accesorios que aumentan la autoconciencia, el control y la coordinación.

Las clases, contemplan el desarrollo de cuerpos sanos, fuertes y flexibles, utilizando y salvaguardando la flexibilidad natural del niño para un futuro en la danza y otras actividades físicas. Del mismo modo, también se potencia el desarrollo positivo de sus habilidades cognitivas, sociales y emocionales. Todo ello en un espacio para la expresión y la creatividad, que le ayude a promover su autoestima y el pensamiento independiente.

*La actividad de danza comprende las dos disciplinas: **ballet y flamenco**. Por lo que no podrán ser actividades independientes.

DANZA CLÁSICA Y FLAMENCO: **52€**
156€ /Trimestral

DANZA MODERNA

en colaboración con
LUNARES BLANCOS

Se trata de una modalidad de baile en cuya enseñanza se combinan varios estilos del baile moderno. Es una evolución del baile clásico, utilizando el movimiento del cuerpo como medio de expresión de nuestros propios sentimientos. Se trata de una actividad que requiere una gran energía y que mejora la autoestima y el humor

Los objetivos son que los alumnos puedan aprender los pasos básicos y que se inicien en la motricidad específica del hip-hop; aprendiendo coreografías de una forma divertida.

Los beneficios son múltiples: desarrolla la coordinación del cuerpo, ayuda a sociabilizarse, mejora el ánimo y la autoestima, aumenta la creatividad y permite una mejora de la memoria. Se trata de una disciplina que se impartirá de una forma divertida para que aprendan a la vez que se divierten.

DANZA MODERNA: **37€**
111€ / Trimestral



INSCRIPCIÓN
FORMULARIO

SEVILLANAS ADULTOS

en colaboración con
LUNARES BLANCOS

Aprende las cuatro sevillanas. En estas clases aprenderás y practicarás los cuatro tipos de sevillanas. Conocerás sus ritmos y pasos, sus movimiento y brazos.

A medida que se vaya cogiendo más solturas se irán perfeccionando con pasos más avanzados

SEVILLANAS ADULTO: **37€**
111€ / Trimestral

SEVILLANAS EN FAMILIA

en colaboración con
LUNARES BLANCOS

Aprende las cuatro sevillanas en familia. En estas clases aprenderás y practicarás los cuatro tipos de sevillanas con tus hijos. Conocerás sus ritmos y pasos, sus movimiento y brazos.

Dirigido a alumnos a partir de 2º de Primaria con su padre o madre.

SEVILLANAS FAMILIA: **37€**
111€ / Trimestral



INSCRIPCIÓN
FORMULARIO

DEBATE

1º Y 2º ESO

En esta actividad los alumnos adquirirán con nosotros capacidades de oratoria, liderazgo y trabajo en equipo, soft skills fundamentales para su desarrollo académico y personal, de forma dinámica y práctica a través de una metodología de debate diferencial que combina debate académico con dinámicas de los Modelos de Naciones Unidas (MUN por sus siglas en inglés).

Durante el curso los estudiantes recibirán talleres formativos donde aprenderán los fundamentos de la argumentación, las principales falacias lógicas, la comunicación no verbal o el liderazgo, que pondrán en práctica en numerosos debates abiertos, retos y simulaciones. Además, participaremos en dos torneos de debate externos en el 2º y 3er trimestre.

Al final del curso, los participantes en esta actividad estarán mucho más capacitados para:

- Afrontar exámenes y presentaciones orales.
- Realizar trabajos en equipo con éxito.
- Ejercitar el pensamiento crítico.
- Investigar y analizar temas complejos.

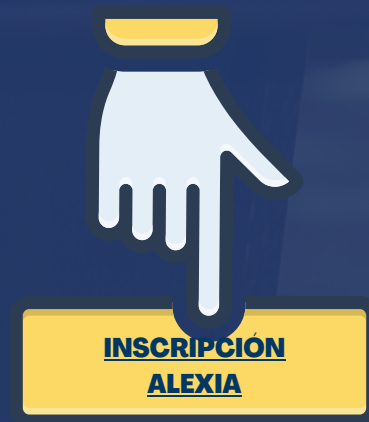
El curso se ofrece en castellano, con una duración de una hora por semana en las aulas del Colegio Highlands Los Fresnos y complementado con la participación voluntaria en torneos escolares externos, que notificaremos durante el año, donde debatirán con otros centros y se foguearán como los grandes oradores del futuro.

La empresa MUN en las aulas; nuestra experiencia.

La impartición del programa corre a cargo de la academia MUN en las aulas, que cuenta con una experiencia de más de 5 años en colegios y 6 años en universidades, habiendo formado a más de 1000 alumnos en edad escolar en cursos anuales centrados en el liderazgo, el trabajo en equipo y la negociación. Nuestros estudiantes recomiendan la actividad



DEBATE: 67€ /Mensual
201 € / Trimestral



DEBATE

3º, 4º Y 1º BACH

En esta actividad los alumnos profundizarán en sus capacidades de oratoria, liderazgo y trabajo en equipo con una clara orientación a su futuro universitario y profesional, de forma dinámica y práctica a través de una metodología de debate diferencial: los Modelos de Naciones Unidas (MUN por sus siglas en inglés), integrando también elementos de debate académico y British Parliament.

Durante el curso los estudiantes recibirán talleres formativos donde perfeccionarán su capacidad de argumentar ideas complejas, refutar e identificar fallas lógicas, descubrir sus propias claves de comunicación no verbal y trabajar en equipo, liderando un grupo, poniéndolo en práctica en numerosos debates abiertos, retos y simulaciones, que se inspirarán en los retos que van a encontrar en su futuro.

Además, al menos una vez por trimestre, ofreceremos a los alumnos participar en un MUN (como este:

<https://www.youtube.com/watch?v=d-G4UbVX3aM>), donde adoptarán el rol de auténticos diplomáticos de la ONU, debatiendo temas de actualidad internacional, exponiéndolos directamente al desafío de liderar grupos de compañeros de numerosos colegios diferentes.

Al final del curso, los participantes en esta actividad estarán mucho más capacitados para:

- Afrontar exámenes y presentaciones orales de nivel universitario.
- Responder preguntas con confianza, como las recibidas durante una entrevista de selección.
- Liderar grupos de trabajo y fomentar el trabajo en equipo dentro del mismo.
- Ejercitar el pensamiento crítico, cuestionando ideas no fundamentadas.
- Investigar y analizar temas complejos.

El curso se ofrece en castellano, con una duración de una hora por semana en las aulas del Colegio Highlands Los Fresnos y complementado con la participación voluntaria en torneos escolares externos, que notificaremos durante el año, donde debatirán con otros centros y se foguearán como los grandes oradores del futuro.

El listado de eventos MUN a participar es:

- SYMUN, en la Universidad Carlos III de Madrid, en noviembre.
- CEUMUN, en la Universidad San Pablo CEU, en febrero.
- MUNLA, en la Universidad Francisco Marroquín, en junio.

DEBATE

3º, 4º Y 1º BACH

La empresa MUN en las aulas; nuestra experiencia

La impartición del programa corre a cargo de la academia MUN en las aulas, que cuenta con una experiencia de más de 4 años en colegios y 5 años en universidades, habiendo formado a más de 1000 alumnos en edad escolar en cursos anuales centrados en el liderazgo, el trabajo en equipo y la negociación.

Nuestros estudiantes recomiendan la actividad.

DEBATE: **67€ / Mensual**
201 € / Trimestral



LINK VIDEO
EXPLICATIVO



INSCRIPCIÓN
ALEXIA

HORARIO INFANTIL

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
13:40H	PIANO JIRAFAS Y CASTORES	PIANO JIRAFAS Y CASTORES	PIANO JIRAFAS Y CASTORES	PIANO JIRAFAS Y CASTORES	PIANO JIRAFAS Y CASTORES
14:25H	FÚTBOL JIRAFAS Y CASTORES PIANO JIRAFAS Y CASTORES	GIMNASIA RÍTMICA JIRAFAS Y CASTORES PIANO JIRAFAS Y CASTORES DANZA JIRAFAS Y CASTORES JUDO JIRAFAS Y CASTORES **SEVILLANAS ADULTOS 16:00H	FÚTBOL JIRAFAS Y CASTORES PIANO JIRAFAS Y CASTORES	GIMNASIA RÍTMICA JIRAFAS Y CASTORES PIANO JIRAFAS Y CASTORES DANZA JIRAFAS Y CASTORES JUDO JIRAFAS Y CASTORES	PIANO JIRAFAS Y CASTORES
17:00H	NATACIÓN	GIMNASIA RÍTMICA COMPETICIÓN NATACIÓN	NATACIÓN	PATINAJE CASTORES	

** El horario de los instrumentos se adaptará personalmente al alumno, respetando sus posibles inscripciones en otra actividad extraescolar.

AVISO IMPORTANTE: Esta previsión está sujeta a posibles variaciones, según la demanda existente por cada actividad. Se desarrollarán siempre que haya número suficientes de alumnos por grupo y éste sea homogéneo.

HORARIO PRIMARIA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
13:40H	PIANO GUITARRA VOLEIBOL (3º y 4º) FÚTBOL (1º Y 2º) DANZA (4º, 5º Y 6º)	PIANO GUITARRA (3º, 4º, 5º Y 6º) VOLEIBOL (5º Y 6º) GIMNASIA RÍTMICA (3º, 4º, 5º Y 6º) JUDO (2º,3º,4º, 5º Y 6º) FÚTBOL (5º Y 6º)	PIANO GUITARRA DANZA MODERNA (4º,5º Y 6º) VOLEIBOL (3º y 4º) DANZA (4º,5º Y 6º) FÚTBOL (1º Y 2º) BAILE MODERNO (4º, 5º Y 6º)	PIANO GUITARRA VOLEIBOL (5º Y 6º) GIMNASIA RÍTMICA (3º, 4º, 5º Y 6º) JUDO (2º, 3º, 4º, 5º Y 6º) FÚTBOL (5º Y 6º) AJEDREZ (4º,5º Y 6º)	PIANO ESCUELA DE PADEL
14:25H	ESCUELA DE PADEL PIANO GUITARRA DANZA (1º, 2º Y 3º) ESCUELA DE PADEL BALONCESTO	ESCUELA DE PADEL PIANO GUITARRA FÚTBOL (3º Y 4º) JUDO (1º) GIMNASIA RÍTMICA (1º Y 2º) ESCUELA DE PADEL **SEVILLANAS ADULTOS 16:00H	ESCUELA DE PADEL PIANO GUITARRA DANZA (1º,2º Y 3º) BAILE MODERNO (1º, 2º Y 3º) ESCUELA DE PADEL BALONCESTO	ESCUELA DE PADEL PIANO GUITARRA FÚTBOL (3º Y 4º) JUDO (1º) GIMNASIA RÍTMICA (1º Y 2º) AJEDREZ (1º,2º Y 3º) ESCUELA DE PADEL	PIANO ESCUELA DE PADEL
17:00H	ACTIVIDADES ACUÁTICA ESCUELA DE PADEL ESTUDIO VIGILADO	GIMNASIA RÍTMICA COMPETICIÓN SEVILLANAS EN FAMILIA ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEÑ ESTUDIO DIRIGIDO	ACTIVIDADES ACUÁTICA ESCUELA DE PADEL ESTUDIO VIGILADO	GIMNASIA RÍTMICA COMPETICIÓN SEVILLANAS EN FAMILIA ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEÑ ESTUDIO DIRIGIDO	ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL ESTUDIO VIGILADO
18:00H	ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL	ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL

HORARIO SECUNDARIA Y BACH

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
13:40H	PIANO GUIARRA GRUPAL DEBATE (13:45h. a 14:45 h). ESCUELA DE PÁDEL	PIANO DANZA CLÁSICA Y FLAMENCO ESCUELA DE PÁDEL	PIANO GUIARRA GRUPAL DEBATE (13:45h. a 14:45 h). ESCUELA DE PÁDEL	PIANO AJEDREZ ESCUELA DE PÁDEL	PIANO ESCUELA DE PÁDEL
14:25H	PIANO GUIARRA GRUPAL ESCUELA DE PÁDEL	PIANO GUIARRA GRUPAL ESCUELA DE PÁDEL **SEVILLANAS ADULTOS 16:00H	PIANO GUIARRA DANZA MODERNA ESCUELA DE PÁDEL	PIANO GUIARRA GRUPAL ESCUELA DE PÁDEL	PIANO GUIARRA ESCUELA DE PÁDEL
17:00H	VOLEIBOL (3º, 4º ESO y Bachillerato) VOLEIBOL INTENSIVO (3º, 4º ESO y Bachillerato) FÚTBOL (3º, 4º ESO y Bachillerato) ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL ESTUDIO VIGILADO	VOLEIBOL (1º Y 2º ESO) VOLEIBOL INTENSIVO (1º Y 2º ESO) FÚTBOL (1º y 2º ESO) GIMNASIA RÍTMICA ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL ESTUDIO VIGILADO	VOLEIBOL (3º, 4º ESO y Bachillerato) VOLEIBOL INTENSIVO (3º, 4º ESO y Bachillerato) FÚTBOL (3º, 4º ESO y Bachillerato) ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL ESTUDIO VIGILADO	VOLEIBOL (1º Y 2º ESO) VOLEIBOL INTENSIVO (1º Y 2º ESO) FÚTBOL (1º y 2º ESO) GIMNASIA RÍTMICA ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL ESTUDIO VIGILADO	ACTIVIDADES ACUÁTICAS ESCUELA DE PÁDEL ESTUDIO VIGILADO
18:00H	VOLEIBOL (CONT. INTENSIVO) ESCUELA DE PÁDEL	GIMNASIA RÍTMICA INDIV. (CONT) VOLEIBOL (CONT. INTENSIVO) ESCUELA DE PÁDEL	VOLEIBOL (CONTIN. INTENSIVO) ESCUELA DE PÁDEL	GIMNASIA RÍTMICA INDIV. (CONT) VOLEIBOL (CONT. INTENSIVO) ESCUELA DE PÁDEL	ESCUELA DE PÁDEL

HIGHLANDS SCHOOL LOS FRESNOS

C/Comunidad Canaria 8

28660 Boadilla del Monte

www.highlandslosfresnos.es