



HBS

Actividades EXTRAESCOLARES

deporte

música

artes plásticas y escénicas



Índice

Escuela de DEPORTE

ESGRIMA
GOLF
GIMNASIA RÍTMICA
BALONCESTO
JUDO
HOCKEY
FÚTBOL SALA
PATINAJE
TENIS
AJEDREZ,
NATACION
PREDEPORTE
BABY JUDO

Escuela de MÚSICA

INSTRUMENTO
MÚSICA Y MOVIMIENTO
LENGUAJE MUSICAL CORO/ORQUESTA
POP-ROCK COMBO
IPAD DIGITAL MUSIC DJ
ESTIMULACIÓN MUSICAL INFANTIL

Escuela de ARTES PLÁSTICAS y ESCÉNICAS

PINTURA
KID'S CRAFTS
ARTE DRAMÁTICO
ENGLISH THEATRE
BAILE MODERNO
DANCE CLUB

Aula de ESTUDIO

LUDOTECA

Normas GENERALES

Escuela
de
DEPORTE



ESGRIMA



Objetivos: La esgrima es considerada uno de los deportes más caballerosos y nobles. Su práctica concede a la persona una serie de beneficios, físicos e intelectuales al ser un deporte completo que enseña valores fundamentales: ayuda en el desarrollo psicomotor y de la personalidad e intelecto; mejora la capacidad de razonar y tomar decisiones; enseña a controlar las emociones e impulsos y a respetar al adversario en el juego y a los demás fuera de él; fomenta el desarrollo de la educación hacia el profesor y sus compañeros; potencia la velocidad y desarrolla la capacidad de resistencia.

El colegio cuenta con la colaboración de la Real Federación Española de Esgrima para el desarrollo de la actividad, en forma de asesoramiento en las elecciones de armas, aporte de técnicos titulados, búsqueda de competiciones y material, etc.

“

Desarrollo, control,
razonamiento, resistencia
y respeto

”

Categoría y edades:

Primaria y E.S.O.

Días:

Lunes y miércoles, 17:10 a 18:00h

GOLF



Objetivos: El Golf permite disfrutar de un deporte al aire libre, es un deporte divertido y atractivo que incentiva el afán de superación, fomenta la competencia positiva, la socialización, aumenta la concentración y la disciplina.

No son necesarias habilidades especiales ni condiciones físicas excelentes.

Categoría y edades:

Desde los 6 años.

Días:

1 día a la semana, en horario de 17:15 a 18:30h.

Las clases prácticas se realizarán en el Campo de Golf de Colmenar Viejo.

“Incentiva el afán de superación”

GIMNASIA RÍTMICA



Objetivos: El trabajo de la escuela se centrará en el desarrollo de las cualidades físicas específicas de esta especialidad (flexibilidad, tono muscular, coordinación, equilibrio, etc.), favoreciendo a la vez la expresión corporal, el sentido del ritmo y las destrezas manuales mediante el trabajo con los distintos elementos (cuerdas, aros, pelotas, mazos y cintas).



Desarrollo del equilibrio,
la concentración, la flexibilidad
y la seguridad en uno mismo



Categoría y edades:

1º Primaria a 6º Primaria.

Días:

Lunes y miércoles, 17:10 a 18:00 h.

BALONCESTO



Objetivos: Fomenta el trabajo en equipo, el compañerismo, la generosidad y la solidaridad, tiene muchos beneficios físicos y desarrolla capacidades mentales como la atención y la concentración.

Ayuda al desarrollo de la rapidez, el autocontrol, la confianza, fomenta el desarrollo del aparato locomotor, la agilidad y la lógica al analizar aspectos tácticos, además de mejorar el estado de alerta para prevenir cualquier tipo de ataque físico.

Categoría y edades:

1º a 6º de Primaria

Días:

Martes y jueves, 13:00 a 13:50h.

Fomenta el trabajo
en equipo

JUDO



Objetivos: El Judo es uno de los deportes más recomendados para desarrollar la confianza, la capacidad de trabajo en grupo y el respeto hacia los demás.

El aprendizaje se desarrolla, para los más pequeños, a través de juegos diversos y participando en competiciones.

Nuestros alumnos participarán en competiciones organizadas por la Federación de Judo

Desarrolla la confianza

Categoría y edades:

Primaria y E.S.O.

Días:

Lunes y miércoles, 17:10 a 18:00h
(de 4º de Primaria a E.S.O.)

Martes y jueves, 17:10 a 18:00h
(de 1º de Primaria a 3º de Primaria)

HOCKEY



Objetivos: Favorece la coordinación, la psicomotricidad, y la concentración, es un deporte en el que lo importante no es la fuerza muscular sino la destreza y capacidad del niño.

Este deporte, aumenta y mejora la capacidad físicas, desarrollando la velocidad de reacción, la coordinación general y la coordinación óculo-manual.



Destreza y
capacidad

Categoría y edades:

1º a 6º de Primaria.

Días:

Martes y jueves, 17:10 a 18:00h.

FÚTBOL SALA



Objetivos: Con esta actividad el alumno logrará adquirir y poner en práctica las diferentes habilidades específicas propias del fútbol, así como conocer, comprender y aceptar los requerimientos técnicos y tácticos básicos de dicha disciplina deportiva.

Además, los alumnos podrán participar en las competiciones de fútbol-sala organizadas por la Federación Madrileña de Fútbol sala y la Liga Municipal de Tres Cantos (categorías benjamín y alevín).

Categoría y edades:

Categoría Chupetín: 2º y 3º de Infantil.

Categoría Prebenjamín: 1º y 2º Primaria.

Categoría Benjamín: 3º y 4º Primaria.

Categoría Alevín: 5º y 6º Primaria.

Categoría Infantil: 1º, 2º y 3º de la E.S.O.

Días:

Martes y jueves 17:10 a 18:00 h.

“ Espíritu de equipo,
esfuerzo y competitividad ”

PATINAJE



Objetivos: Iniciar a los alumnos en el patinaje a través del juego, fomentar la actividad física y el deporte al aire libre, trabajando en un clima lúdico de convivencia donde se afianzan las amistades y se establecen nuevas relaciones. Se desarrollarán contenidos de habilidades y destrezas básicas, juegos motores sobre ruedas, iniciación al Hockey.

Patinaje a través
del juego

Categoría y edades:

1º a 3º de Primaria.

Días:

Martes y jueves, 17:10 a 18:00h.

TENIS



Valores y hábitos saludables. ”
Esfuerzo y fortaleza psicológica

Objetivos: El desarrollo personal de los alumnos mediante buenos valores y hábitos, transmitiéndoles la pasión por este deporte de manera saludable. Buscamos mejoras en la coordinación (óculo-manual), la resistencia y la fortaleza psicológica mediante la utilización de juegos predeportivos.

Categoría y edades:

Primaria y E.S.O.

Días:

Martes y jueves, 17:10 a 18:00 h.

AJEDREZ



Objetivos: Numerosos estudios demuestran las ventajas de la práctica del Ajedrez en la escuela, tanto por las facultades que desarrolla (la concentración, la toma de decisiones, el cálculo, la capacidad de análisis, etc.) como por su base lúdica y motivadora.

En la Escuela de Ajedrez, las clases combinan las explicaciones teóricas con los ejercicios prácticos y con un conjunto de actividades complementarias destinadas a enriquecer el aprendizaje de los alumnos/as: realización de un torneo interno entre los alumnos de la escuela, participación en torneos de carácter externo con jóvenes de otros centros, el empleo de ordenadores con diversos programas informáticos para aprender jugando, la posibilidad de jugar on-line por Internet contra alumnos/as de otros colegios, etc.

Categoría y edades:

1º Primaria a 6º Primaria.

Días:

Martes y jueves, 13:40 a 14:20 h.



NATACIÓN



La natación es un deporte muy completo por lo que se aconseja su práctica desde los primeros años de vida.

En edad infantil mejora la coordinación, el equilibrio y el conocimiento del espacio. Es beneficioso para la condición cardiovascular y amplía la capacidad de su sistema respiratorio y la regulación adecuada a su circulación sanguínea. Los ejercicios suaves, combinados con el agua a una temperatura agradable, relajan al niño y estimulan su apetito, consiguiendo que coma y duerma mejor. En consecuencia, mejorará su carácter y su comportamiento.

En Primaria y Secundaria el objetivo a conseguir por nuestros alumnos son la adquisición y perfeccionamiento de los distintos estilos de nado.

“

Mejora el equilibrio y el conocimiento del espacio

”

Categoría y edades:

Infantil, Primaria y E.S.O.

Días:

Grupo 1 (3 a 5 años): lunes y miércoles, 17:10 a 18:00 h.

Grupo 2 (3 a 5 años): martes y jueves, 17:10 a 18:00 h.

Grupo 3 (1º Primaria a E.S.O.): martes y jueves, 17:10 a 18:00 h.

ESCUELA DE PREDEPORTE



Objetivos: Tratamos de conseguir en el alumno una motivación hacia el deporte, mediante juegos que conjugan diferentes prácticas deportivas y también hacerles conocer las reglas básicas de los diferentes deportes escolares: fútbol-sala, baloncesto, balonmano...

El objetivo principal de la actividad será favorecer el dominio del movimiento corporal y las capacidades motrices básicas para facilitar su relación y comunicación con su entorno, diciéndole, disfrutando al máximo y conociendo a su vez los diferentes deportes que nos rodean.

Con esta actividad contribuiremos al desarrollo de las capacidades innatas del niño/a y a la satisfacción de sus necesidades motrices, afectivas y cognitivas, configurando su correcto desarrollo en este periodo fundamental de su evolución.

Favorece el dominio del movimiento corporal

Categoría y edades:

Infantil.

Días:

Martes y jueves, 17:10 a 18:00h.

BABY·JUDO



Objetivos: A través del juego los alumnos se formen en una metodología de enseñanza deportiva de ese Arte Marcial.

En clase se practican caídas, (ukemis), trabajan individualmente y en grupos, una serie de ejercicios de psicomotricidad y lateralidad, acordes a su edad.

Desarrolla la coordinación, la resistencia, la flexibilidad y el equilibrio del niño. Fortalece las articulaciones y la confianza en si mismo. Aprenden a reconocer el esfuerzo como un valor positivo.

Ejercicios de
psicomotricidad
y lateralidad

Categoría y edades:

Infantil.

Días:

Martes y jueves, 17:10 a 18:00h.

Escuela
de
MÚSICA



INSTRUMENTO



Objetivos: La clase especializada de instrumento, junto con el Lenguaje Musical y la práctica en grupo, es uno de los pilares de la enseñanza musical. En ella cada alumno afronta la gran diversidad de dificultades técnicas que plantea su instrumento como medio hacia el fin de la expresión y comunicación musicales. La enseñanza instrumental se realiza de forma colectiva e individual según el nivel del alumnado.

Instrumentos ofertados: **Piano, Violín Suzuki, Violonchelo, Guitarra española/eléctrica, Bajo Eléctrico, Saxofón, Flauta Travesera/Flauta de Pico, Percusión, Batería.**

Categoría y edades:

Alumnos de Primaria, E.S.O.

Días:

Según nivel, edad e instrumento elegido. 1 sesión semanal. Lunes, martes, miércoles o jueves de 13:30 a 14.20, 17:10 a 18.00, 18:10 a 19:00h.

Se contempla la posibilidad de ofertar el horario de 19.00 a 19.50 en los días anteriormente mencionados en función de "listas de espera".

“ Desarrollando las destrezas musicales de mi instrumento ”

MÚSICA Y MOVIMIENTO



Objetivos: A través de una didáctica basada en la exploración, la improvisación y la composición, cada niño comenzará a construir un conocimiento básico de los elementos que conforman el lenguaje de la música a través de su comprensión práctica. Es recomendable cursar esta asignatura en las primeras etapas del estudio de un instrumento.

Categoría y edades:

Alumnos de 1º y 2º de Primaria.

Días:

Martes y jueves , 18:10 a 19:00h.

Se contempla la posibilidad de ofertar más grupos en otros horarios a los días anteriormente mencionados en función de "lista de espera".

La iniciación al arte musical

LENGUAJE MUSICAL

coro/orquesta



Objetivos: Esta asignatura tiene como finalidad el desarrollo progresivo de las facultades musicales del alumno (como el sentido melódico y rítmico o la percepción auditiva), así como el desarrollo de la lectura y escritura musicales y el conocimiento de los fundamentos teóricos del sistema musical occidental, poniéndolos en práctica en la vivencia musical colectiva (coro y orquesta).

Los dos primeros cursos los alumnos cursarán dos sesiones semanales, una de educación teórico-auditiva y otra de ensayo con el coro o la orquesta HBS según la recomendación del profesorado.

Es imprescindible cursar esta asignatura si se desea recibir clases individuales de instrumento.

Categoría y edades:

Alumnos de 3º a 6º de Primaria y E.S.O. (en grupos diferentes).

Días:

Según nivel y edad. 2 sesiones semanales.

Lunes y miércoles, o martes y jueves: 17:10 a 18:00, 18:10 a 19:00 y 19:00 a 19:50h.

Se contempla la posibilidad de ofertar más grupos en otros horarios en los días anteriormente mencionados en función de "lista de espera".

“ Descubre los secretos
de la música

POP·ROCK COMBO



Objetivos: Si lo que quieres es tocar en grupo tus temas preferidos, puedes apuntarte a un combo donde tocar bajo la dirección de uno de nuestros profesores, músicos profesionales en activo, en grupos pequeños y medianos compuestos por guitarra, piano, bajo, batería, instrumentos de viento, cuerda y cantante.

El combo es más que una asignatura. Es la situación natural donde poner en práctica, junto a otros estudiantes, los conocimientos que progresivamente se van adquiriendo en las clases de lenguaje musical e instrumento: la técnica, la lectura, la improvisación, el oído y la memoria musical.

Categoría y edades:

Alumnos de E.S.O.

Días:

Miércoles de 17:10 a 18:00 ó 18:10 a 19:00 h.; jueves 18:10 a 19:00 h.

Se contempla la posibilidad de ofertar más grupos en otros horarios en los días anteriormente mencionados en función de "lista de espera".

Como llegar a ser una
Pop-Rock Star

IPAD DIGITAL MUSIC·DJ



Objetivos: El curso aborda la adquisición de los conceptos musicales básicos y el uso de software de creación musical, instrumentos virtuales y DJ, encaminados a componer y producir canciones en estilos actuales en conjunción con el HBS Apple Project. No son necesarios conocimientos musicales previos.

Categoría y edades:

Alumnos de 6º de Primaria y E.S.O.

Días:

Una sesión semanal.

Jueves de 17:10 a 18:00, 18:10 a 19:00.

Se contempla la posibilidad de ofertar más grupos en otros horarios en los días anteriormente mencionados en función de "lista de espera".

La música del futuro
en tus manos

ESTIMULACIÓN MUSICAL INFANTIL



Objetivos: Se conoce que los niños en etapas tempranas son musicales por naturaleza y su oído musical está preparado y diseñado para el aprendizaje. De la misma manera que se aprende un idioma ocurre con la música.

De hecho la música ayuda a desarrollar la inteligencia y está demostrado que potencia la zona del cerebro que se corresponde con el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático y creativo. El aprendizaje musical ayuda a que el niño adquiera destrezas en la resolución de problemas mientras se desarrollan facetas de la persona tan significativas como la emocional y la motriz.

Las clases de estimulación musical están especialmente diseñadas para que los niños disfruten y estén motivados mientras se desarrollan a través de este lenguaje universal.

Categoría y edades:

Nursery e Infantil.

Días:

Lunes o miércoles, 17.10 a 18.00 h. Nursery
(1 sesión semanal).

Martes y jueves, 17:10 a 18:00 h. Infantil
(2 sesiones semanales).

Se contempla la posibilidad de ofertar más grupos en otros horarios los días anteriormente mencionados en función de "listas de espera".

“
Crecer en armonía
a través de la música

Escuela
de
ARTES
PLÁSTICAS y
ESCÉNICAS



PINTURA



Objetivos: Además, del resultado de la obra, lo que enriquece al niño es, sobre todo, el proceso creador, el suceder continuo de decisiones y el diálogo abierto con lo que está creando. A través de la educación artística pretendemos que los alumnos sean originales y creativos, y además que conozcan las técnicas necesarias para desarrollar esa creatividad

“ Creatividad y
enriquecimiento

Categoría y edades:

Primaria y E.S.O.

Días:

Lunes y miércoles, 17:10 a 18:00 h.

KID'S CRAFTS



Objetivos: Hacer manualidades en inglés con profesora nativa para fomentar el aprendizaje del idioma de forma dinámica y divertida para los niños. Se realizarán manualidades diversas, aprovechando fechas como "St. Valentine's Day", "Easter "..., explorando y conociendo el significado de estas celebraciones.

Fomentar el aprendizaje
del idioma

Categoría y edades:

1º y 2º de Primaria.

Días:

Lunes y jueves, de 13:00 a 13:50h.

ARTE DRAMÁTICO



Objetivos: La creación de este taller de teatro escolar tiene como objetivo que aquellos alumnos que están especialmente interesados en este género puedan desarrollar su afición y al mismo tiempo:

- Conozcan y valoren el teatro como género literario y como medio de expresión.
- Conozcan su propio cuerpo a través de técnicas de relajación, concentración, desarrollo de los sentidos y la expresividad corporal.
- Manejen la voz adecuadamente como medio de expresión mediante el trabajo con los sonidos, tonos, intensidades y expresividad tónica.
- Aprendan a moverse y a expresarse sobre un escenario.
- Trabajen los elementos de la dramatización (argumento, personajes, espacio, tiempo, etc.)
- Tomen conciencia de la importancia del trabajo en equipo, a través de la participación en las diferentes tareas necesarias para la puesta en escena de una obra teatral.

Categoría y edades:

4º Primaria a E.S.O.

Días:

Martes y jueves, 17:10 a 18:00h.

“ Expresión, voz,
cuerpo, movimiento,
dramatización y trabajo
en equipo ”

ENGLISH THEATRE



Objetivos: Great workshop for children with a good level of English.

The children will be introduced to the magical world of theatre while learning through expression and movement. Sessions are lead by a native art teacher.

Magical world of theatre

Categoría y edades:

1º a 4º de Primaria.

Días:

Lunes y miércoles, de 13:00 13:50h.

BAILE MODERNO



Coordinación mente y cuerpo

Objetivos: Una de las características más destacadas de la danza es su capacidad de favorecer la coordinación de la mente y el cuerpo de forma natural, desarrollándola de una manera armónica y generando confianza en uno mismo. Bailando al son de la Batuka los músculos se tonifican y se adquiere sentido de coordinación a través de cada secuencia de movimientos aeróbicos.

Sus coreografías se practican con una fusión de ritmos latinos (Salsa, Reggaeton, Rumba Flamenca, Samba, Dance...) y ayudan a mejorar la salud y tonificar los músculos combinando gimnasia, música, baile, deporte, ritmo y energía de manera divertida.

Categoría y edades:

Primaria y E.S.O.

Días:

Martes y jueves, 17:10 a 18:00 h.

DANCE CLUB • Infantil •



Objetivos: Una de las características más destacadas de la danza es su capacidad de favorecer la coordinación de la mente y el cuerpo de forma natural, desarrollándola de una manera armónica y generando confianza en uno mismo. Acercamos a los más pequeños al mundo del baile y del ritmo.

Categoría y edades:

Infantil.

Días:

Lunes y miércoles, 17:10 a 18:00 h.

Armonía,
ritmo y coordinación

AULA ESTUDIO



Objetivos: Ofrecer un espacio confortable que facilite y haga agradable la tarea del estudio guiado. Favorecer un ambiente acogedor que permita a los alumnos tener un lugar apto y adecuado para estudiar adecuado para estudiar, bajo la supervisión de profesores Humanitas.



Una manera práctica
de llegar a casa con los deberes
terminados



Categoría y edades:

Primaria y E.S.O.

Días:

Lunes a jueves, con dos turnos independientes: 17:10 a 18:00 h; y 18:10 a 19:00 h.

LUDETECA



Objetivos: Ofrecer un espacio confortable donde los niños desarrollarán diversas actividades lúdicas tras la jornada lectiva, supervisados por profesores HBS.

Actividades lúdicas

Categoría y edades:

Nursery e Infantil

Días:

Lunes a viernes, 17:00 a 19:00 h.

NORMAS GENERALES

- Para iniciar cualquier actividad es necesario alcanzar un número mínimo de alumnos que garantice el correcto funcionamiento de la misma. Las plazas de los diferentes grupos de cada actividad están limitadas para asegurar su buen funcionamiento.
- La inscripción (ALTA) se realizará por riguroso orden de recepción de este formulario cumplimentado, vía mail (extraescolares@humanitastrescantos.com) o entregándolo personalmente en la Secretaría de HBS.
- Las edades/niveles de los grupos son susceptibles de modificación en las primeras semanas de actividad.
- Todas las BAJAS se realizarán entregando la hoja de baja correspondiente o vía mail. Las bajas sólo podrán realizarse 15 días antes de finalizar el trimestre.
- Todas las actividades se cobrarán por trimestre completo, en caso de alta en un trimestre ya iniciado se cobrará los meses restantes, siempre por meses completos.
- Al finalizar cada actividad, los alumnos que no hayan sido recogidos pasarán a Aula de Estudio.
- En las actividades deportivas será obligatorio vestir uniforme deportivo del Colegio, salvo en las actividades que necesiten otro tipo de indumentaria específica.
- Todas las actividades comenzarán la primera semana de octubre en sus días de actividad. Salvo las actividades ofertadas con posterioridad que se indicará de manera específica.
- ESCUELA DE MÚSICA: Las actividades de la escuela de música requieren material personal que deben adquirir los alumnos (instrumento, cuaderno musical, etc...) que se especificará al comenzar las clases.
- La inscripción en la Escuela de Judo y Esgrima exige el pago por los conceptos de la licencia federativa anual y el traje de entrenamiento oficial del colegio.
- Para la actividad de Gimnasia Rítmica es necesario adquirir el maillot del colegio.
- Para la actividad de Patinaje son necesarios: patines, casco y protectores.

H U M \triangle N I T A S

BILINGUAL SCHOOL

Humanitas Bilingual School Tres Cantos.

Avda. de los Actores, 1, 3 y 5.

28760. Tres Cantos, Madrid.

info@humanitastrescantos.com

Tlfn.: 902 70 20 48

www.humanitastrescantos.com