

Guía de actividades para padres

2.- Actividades para padres:

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 2.1) Asociación de Madres y Padres de Alumnos | 2.7) Pádel para padres |
| 2.2) Asociación de Antiguos Alumnos | 2.8) Grupo de abuelos |
| 2.3) Clases de yoga | 2.9) Clases de guitarra para padres |
| 2.4) Clases de aeróbic | 2.10) Equitación |
| 2.5) Aula de pintura | 2.11) Tertulias Educativas |
| 2.6) Fútbol sala | 2.12) Hara |
| | 2.13) "Zum-coreografías" |

2.1) Asociación de Madres y Padres de alumnos

- Actividad dirigida a : - Padres y madres de alumnos del colegio.
- Objetivos: - Crear y mantener una colaboración eficaz entre el Equipo Directivo del Colegio y los profesores con las familias.
- Actividades que se desarrollan: - Organización de algunas actividades extraescolares del Centro para alumnos (costura, pádel, patronaje, natación) y padres (aeróbic, yoga, pintura, fútbol-sala, pádel...).
- Participación en la organización y desarrollo de las fiestas del Colegio y Marcha PROYDE.
- Organización de charlas y conferencias sobre diversos temas educativos.
- Colaboración económica en actividades del Centro (exposiciones, talleres, salidas culturales, marcha de Proyde y día de las familias, material, despedida de los finalistas...).
- Días y horas: - La Asamblea General Ordinaria, se convoca habitualmente en el mes de diciembre.
- La Junta Directiva, se reúne todos los lunes lectivos a partir de las 19,30 h.
- Responsables: - Durante el curso escolar la Junta Directiva ha estado compuesta por D.: Jesús Benito Ramos (Presidente); D. Félix Ignacio Benito Hernández (Secretario); D. Juan Antonio Alonso Pérez (Tesorero); D. Ángel Barajas Trimiño (Vocal de Actividades); D^a. Belén Toquero Portela (Vocal) y D^a. Ángela Curiel Rivera (Vocal del mercadillo de uniformes y libros).
- Coste: - Para la realización de sus actividades y para sus gastos de funcionamiento, la Asociación pasa a las familias -a través del Colegio- una cuota anual de 15 euros en el mes de marzo.



2.2) Asociación de Antiguos Alumnos

- Actividad dirigida a: - Todos los A.A. del Colegio y otros simpatizantes, sea cual fuere su edad.
- Objetivos: - Acrecentar los vínculos de relación de los Asociados con el Colegio y contribuir activamente al cumplimiento de sus fines educativos.
- Promover el desarrollo personal y profesional de los Asociados.
- Servir de cauce para el mantenimiento de las relaciones nacidas durante la etapa escolar.
- Actividades: - Participación en las fiestas colegiales de Ntra. Sra. de Lourdes y de La Salle.
- Colaboración en la Marcha de Proyde a La Santa Espina y el Día de la Familia.
- Organización del “Día del Antiguo Alumno”.
- Creación de una página web (www.aacolegiolourdes.es) y de perfiles en redes sociales.
- Participación en proyectos solidarios de la ONGD lasaliana Proyde.
- Participación en encuentros de Antiguos Alumnos lasalianos nacionales e internacionales.
- Días y horas: - La Asamblea General Ordinaria se convoca en el mes de enero.
- La Junta Directiva se reúne los segundos sábados de mes por la mañana.
- Coste: - La cuota establecida por la Asamblea General se ha fijado en 20 euros / anuales para los socios mayores de 25 años y de 6 euros/anuales para los demás. Para los alumnos finalistas, la cuota es gratuita durante los dos primeros años. Se paga por domiciliación bancaria.
- Para participar: - Para asociarse es necesario hacer llegar firmado al Colegio el boletín de inscripción que se puede recoger en Recepción o descargar de la página web.
- Las promociones que tengan un mínimo de 15 asociados pueden nombrar un “Secretario de promoción”.
- Del mismo modo, en el Colegio se atiende a las numerosas promociones de A.A. que se reúnen cada año para celebrar sus bodas jubilares o simplemente para encontrarse. El responsable de ello es el H. Albino de Jorge.



2.3) Clases de yoga

- Actividad dirigida a: - Madres y padres de alumnos del Colegio y alumnos de 2º de Bachillerato.
- Objetivos: - Educar el sentido rítmico y la expresividad corporal de sus participantes.
- Aprender a trabajar en grupo y a fomentar la atención y la creatividad.
- Favorecer la relación amistosa con los demás participantes.
- Actividades que se desarrollan: - Una o dos sesiones semanales. Se pueden alternar horarios.
- Días y horas: - Martes y jueves, de 11,30 a 12,45 h.
- Martes, de 17,30 a 18,45 h.
- Viernes, de 17,30 a 19,00 h.
- Desde el 3 de octubre hasta mayo.
- Material necesario: - Esterilla y ropa deportiva.
- Responsable: - Organiza la Asociación de Madres y Padres de Alumnos.
- D^a. María José Ortega.
- Coste: - 28 euros/persona/mes, para martes y jueves.
- 17 euros/persona/mes para la sesión del martes (tarde).
- 22 euros/persona/mes para la sesión del viernes.
- 28 euros/persona/mes para martes y viernes por la tarde.
- Se requiere un grupo mínimo de 12 participantes.
- Para participar: - Se deberá inscribir rellenando la hoja de inscripción disponible en el gestor del colegio.

2.4) Clases de aeróbic

- Actividad dirigida a: - Madres y padres de alumnos del Colegio.
- Objetivos: - Disfrutar con la música actual y el ejercicio físico haciendo coreografías sencillas y divertidas.
- Ponerse en forma y mejorar el sistema cardiovascular y respiratorio, la coordinación y expresión corporal.
- Aprender a reducir el stress y la ansiedad con ejercicios de relajación al final de cada sesión.
- Actividades que se desarrollan: - Una o dos sesiones semanales.
- Días y horas: - Martes y/o jueves, de 9,30 a 10,30 h.
- Miércoles y/o viernes de 16,15 a 17,15 h.
- Comienza el 3 de octubre.
- Material necesario: - Ropa cómoda y zapatillas deportivas.
- Responsable: - Organiza la Asociación de Madres y Padres de Alumnos.
- Desarrolla "Grupo Educativo"
- Coste: - Una hora semanal: 23 euros/persona/mes.
- Dos horas semanales: 28 euros/persona/mes.
- Se requiere un grupo mínimo de 10 participantes.
- Para participar: - Se deberá inscribir rellenando la hoja de inscripción disponible en el gestor del colegio.



2.5) Aula de pintura

- Actividad dirigida a: - Madres y padres de alumnos del Colegio, preferentemente.
- Objetivos: - Adquirir técnicas artísticas.
- Descubrir las posibilidades de diversos procedimientos pictóricos: Acuarela - Aguadas - Óleo - Acrílico - Dibujo.
- Trabajo con técnicas mixtas: tinta china, témpera, sanguina, compté, pastel.
- Actividades que se desarrollan: - Desarrollo de la creatividad, la sensibilidad y la expresión artística, compartiendo la pasión por el mundo del arte.
- Creación de paisajes, figuras, flores, bodegones, retratos...
- Dos sesiones semanales de una hora.
- Días y horas: - Miércoles, de 18,15 a 20,15 h.
- Comienza el 4 de octubre.
- Material necesario: - Lo solicitará el profesor según el nivel.
- Responsable: - Organiza la Asociación de Madres y Padres de Alumnos.
- D. Julio Sendino Baños
- Coste: - 30 euros/persona/mes, dos horas semanales.
- Se requiere un grupo mínimo de 5 alumnos.
- Para participar: - Se deberá inscribir rellenando la hoja de inscripción disponible en el gestor del colegio.



2.6) Fútbol sala

- Actividad dirigida a: - Padres de alumnos del Colegio.
- Objetivos: - Contribuir a la formación física de los participantes.
- Fomentar el encuentro y la convivencia.
- Actividades que se desarrollan: - Un partido semanal de fútbol sala.
- Días y horas: - Lunes, de 20,30 a 21,30 h.
- De octubre a junio. Comienza el 2 de octubre.
- Material necesario: - Lo necesario para jugar.
- Responsable: - Organiza la Asociación de Madres y Padres de Alumnos.
- Coste: - Actividad gratuita.
- Para participar: - Se deberá inscribir rellenando la hoja de inscripción disponible en el gestor del colegio.



2.7) Pádel para padres

- Actividad dirigida a: - Padres y madres de alumnos del colegio.
- Objetivos: - Animar a lo adultos a iniciarse en el deporte en general y al pádel en particular.
- A medio plazo formar un sistema de competición entre colegios.
- Actividades que se desarrollan: - Impartición de una o dos horas semanales.
- Días y horas: - Lunes de 18,00 a 19,00 h.,
- Miércoles de 17,00 a 18,00 h. y de 18,00 a 19,00 h.,
- Viernes de 16,00 a 17,00 h. y de 17,00 a 18,00 h.
- Desde el 2 de octubre hasta mayo.
- Material necesario: - Ropa deportiva y pala.
- Responsable: - Organiza la Asociación de Madres y Padres de Alumnos.
- Empresa "Club Deportivo Continental" con sus monitores.
- Coste: - Una hora semanal: 180 euros/participante/temporada.
- Dos horas semanales: 340 euros / participante / temporada.
- Se requiere un número máximo de 6 participantes por grupo.
- Para participar: - Se deberá inscribir rellenando la hoja de inscripción disponible en el gestor del colegio.



2.8) Grupo de abuelos

- Actividad dirigida a: - Abuelos con nietos en el Colegio.
- Objetivos: - Facilitar el acceso y la participación de los abuelos en el Colegio.
- Tener un ámbito de encuentro y reflexión.
- Actividades que se desarrollan: - Una sesión semanal de una hora, en la que se ponen en común experiencias vivenciales, talleres lúdicos...
- Días y horas: - Miércoles, de 11,45 a 12,45 h.
- De octubre a mayo. Comienza el 18 de octubre.
- Material necesario: - El material es propio y si fuera necesario se facilitará a los abuelos.
- Responsable: - D^a. Luz Heredero García, poseedora del título del “Curso Superior Universitario de Atención psicosocial para personas mayores” y del “Curso Superior de Animación sociocultural (Especialidad personas mayores)”.
- Coste: - Actividad gratuita.
- No hay un número mínimo de días para asistir.
- Puede hacerse el curso completo o sólo un número de sesiones a escoger.
- Para participar: - Se deberá inscribir rellenando la hoja de inscripción disponible en el gestor del colegio.

2.9) Clases de guitarra para padres

- Actividad dirigida a: - Padres y madres de alumnos del Colegio.
- Objetivos: - Conocer y dominar el instrumento en todos sus niveles (de iniciación a avanzado), con una metodología sencilla, amena, un repertorio variado y un trabajo individualizado de cada alumno.
- Actividades que se desarrollan: - Una sesión semanal de octubre a mayo.
- Días y horas: - Miércoles de 9,30 a 10,30 h. o de 16,15 a 17,15 h.
- Se requiere un grupo mínimo de 4 alumnos.
- Material necesario: - Guitarra.
- Un cuaderno que facilita la profesora.
- Responsables: - Organiza la Asociación de Madres y Padres de Alumnos.
- Responsable: Lydia Herrero Rodríguez, profesora especializada en pedagogía musical activa y Guitarra Clásica Española.
- Coste: - Cuota mensual de 25 euros/alumno/mes.
- Se abonarán mediante domicialización bancaria.
- Para participar: - Se deberá inscribir rellenando la hoja de inscripción disponible en el gestor del colegio.

2.10) Equitación

- Actividad dirigida a: - Alumnos de Primaria, Secundaria, Bachillerato, madres y padres .
- Objetivos: - Formar jinetes con buena base de equitación, para que puedan practicar la disciplina que más les guste y para la que estén más cualificados.
- Actividades que se desarrollan: - Trabajo en pista, cuidados del caballo, juegos equestres, paseos por el campo...
- Iniciación a las diferentes disciplinas ecuestres: salto, doma y concurso completo.
- Días y horas: - De lunes a domingo: de 10 a 13 h y de 17 a 21 h. (Consultar disponibilidad)
- Material necesario: - Se indicará en el Centro Hípico.
- Responsable: - Organiza la Asociación de Madres y Padres de Alumnos.
- "Centro Hípico Soto Ocio", Ctra. Rueda km. 4, Valladolid.
- Teléfonos.: 983 24 83 91 y 664 16 08 09
- Coste: - Una hora semanal: 70 euros/alumno/mes.
- Dos horas semanales: 95 euros/alumno/mes.
- Tres horas semanales: 125 euros/alumno/mes
- Cuota familiar: 110 euros/mes para 2 hermanos, 150 euros/mes para 3 hermanos.



2.11) Tertulias educativas

- Actividad dirigida a: - Padres y madres de alumnos del Colegio.
- Objetivos: - Ofrecer charlas formativas para las familias con la colaboración de expertos en diferentes temas educativos.
- Facilitar un espacio de diálogo y reflexión entre las familias a partir de estos temas.
- Actividades que se desarrollan: - Sesiones formativas.
- Talleres.
- Días y horas: - En función de cada oferta de formación.
- Material necesario: - Se proporcionará a los asistentes cuando sea necesario.
- Responsables: - Departamento de Orientación.
- Coste: - Actividad gratuita.
- Para participar: - Responder a la convocatoria que se hará en cada curso a través del gestor educativo o correo electrónico.



2.12) Hara

- Actividad dirigida a: - Padres y madres de alumnos del Colegio.
- Objetivos: - Cultivar la interioridad y ofrecer un espacio para el crecimiento personal.
- Actividades que se desarrollan: - Talleres prácticos de trabajo corporal, integración emocional y apertura a la trascendencia.
- Técnicas de relajación, visualización, expresión plástica y corporal, meditación...
- Día y hora: - Una sesión mensual de hora y media.
- Martes de 16.00 a 17,30 h.
- Material necesario: - Ropa cómoda. El resto del material se proporcionará en cada sesión..
- Responsables: - Profesores del Equipo HARA del Colegio.
- Coste: - Actividad gratuita.
- Para participar: - Responder a la convocatoria que se hará a través del gestor educativo y la página web..



2.13) “Zum-coreografías”

- Actividad dirigida a: - Padres y madres de alumnos del Colegio.
- Objetivos:
- Disfrutar de un rato divertido bailando a la vez que se realiza un ejercicio y se aprenden distintas coreografías establecidas de estilo moderno, latino, etc.
 - Mejorar la condición cardio-pulmonar y el control de la respiración.
 - Desarrollar la coordinación psicomotriz y las habilidades motrices gruesas.
 - Desarrollar la secuenciación rítmica y tiempo de reacción (“entrar a tiempo” en la música sin perderse en el ritmo)
 - Fomentar la participación y la interacción en el grupo.
- Actividades que se desarrollan: - Una o dos sesiones semanales.
- Días y horas: - Lunes y/o jueves de 16,15 a 17,15 h.
- Desde el 2 de octubre a mayo.
- Material necesario: - Ropa cómoda y zapatillas deportivas.
- Responsables: - Organiza la Asociación de Madres y Padres de Alumnos.
- Desarrolla “Grupo Educativo”
- Coste: - Una sesión semanal: 25 euros/alumno/mes.
- Dos sesiones semanales: 32 euros/alumno/mes.
- Para participar: - Se deberá inscribir rellenando la hoja de inscripción disponible en el gestor del colegio.
- Se requiere un grupo mínimo de 10 participantes.