



ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES DEPORTIVAS MARMAN SPORTS CURSO 2025/2026

CONTACTO: Marina Reyes

Col. INEF 65.510

☎ 672624574

✉ marmansports@gmail.com

GIMNASIA RÍTMICA

GRUPO 1: LUNES Y MIÉRCOLES DE 17:00-18:00

GRUPO 2: MARTES Y JUEVES DE 17:00-18:00

CURSOS: 1º, 2º, 3º INFANTIL, 1º, 2º, 3º, 4º, 5º, 6º PRIMARIA



Uno de los deportes con más demanda y popularidad en el colegio por ser muy completo a nivel psicomotriz para el desarrollo de los alumnos. Trabajaremos la técnica corporal de la modalidad manos libres y aparato (pelota, aro, cuerda, mazas y cinta). El objetivo principal es mejorar la condición física básica en cuanto a flexibilidad, fuerza, coordinación general y óculo manual, a través del trabajo de las dificultades corporales de equilibrio, giro y salto e inversiones básicas acrobáticas en suelo.

En todas las sesiones se usa una base musical como guía de los elementos y trabajo de la expresión corporal, el ritmo y el movimiento.

Se realizarán exhibiciones en navidad y a final de curso para mostrar el trabajo.

DANZA ESPAÑOLA - FLAMENCO

LUNES Y MIÉRCOLES DE 17:00-18:00

CURSOS: 1º, 2º, 3º INFANTIL, 1º, 2º, 3º, 4º, 5º, 6º PRIMARIA

Esta actividad ha cosechado mucho éxito los cursos anteriores.

Dentro de este género de la danza trabajaremos dos modalidades principales, la danza clásica española y la escuela flamenca. Aprenderán a bailar los 7 palos del flamenco: sevillanas, alegrías, bulerías, fandangos, tangos, seguiriyas y soleás.

Se realizarán exhibiciones para las familias durante el curso.



BAILE URBANO

MARTES Y JUEVES DE 17:00-18:00

CURSOS: 1º, 2º, 3º INFANTIL, 1º A 6º PRIMARIA, ESO



Esta actividad ha cosechado mucho éxito el curso anterior.

Enseñaremos a los niñ@s coreografías de Funky, Hip-Hop y Street Dance para que se inicien en el baile urbano y sorprendan a todos con su actitud a la hora de bailar. Mediante juegos y ejercicios variados, les mostramos los pasos y técnicas básicas de estas modalidades de la danza moderna.

VOLLEYBALL

MARTES Y JUEVES DE 17:00-18:00

CURSOS: 1º A 6º PRIMARIA / 1º A 4º ESO / 1º,2º BCHTO.



Tras el éxito de esta actividad los cursos pasados y la iniciación en la competición deportiva municipal, donde los equipos obtuvieron grandes resultados, este curso continuaremos esa línea de trabajo buscando la progresión hacia el siguiente nivel. De tal forma, los jugadores disputarán partidos contra otros equipos, así como competirán en la liga de los Juegos Deportivos Municipales del distrito.

GIMNASIA ACROBÁTICA

LUNES Y MIÉRCOLES DE 17:00-18:00

CURSOS: 3º INFANTIL, 1º A 6º PRIMARIA, ESO



Es una disciplina gimnástica donde trabajaremos elementos acrobáticos y gimnásticos de inversiones, propios de la gimnasia artística deportiva, así como elementos de cooperación entre los componentes del grupo realizando figuras y pirámides corporales, propios del acrosport.

PSICOMOTRICIDAD INFANTIL

LUNES Y MIÉRCOLES DE 17:00-18:00

CURSOS: 1º, 2º, 3º INFANTIL



La psicomotricidad es una actividad enriquecedora para ayudar a los niños a desarrollar sus facultades sensoriales, motrices, emocionales y cognitivas, a través de diferentes actividades y juegos.

Se centra en la relación entre el cuerpo, las emociones y la cognición, ayudando a los niños a explorar, descubrir y comprender el mundo que les rodea.

Esta actividad es beneficiosa para el desarrollo motor, la socialización, la expresión de sentimientos y la adquisición de habilidades básicas.

Algunas de las actividades incluyen: desarrollo de habilidades motoras, exploración sensorial, expresión y comunicación, interacción social, conocimiento del esquema corporal y relajación. Entre los beneficios cabe destacar: mejora el desarrollo motor, fomenta la socialización, favorece la expresión emocional, potencia la confianza y la autoestima, contribuye al desarrollo cognitivo y previene dificultades motoras.

YOGA

LUNES Y MIÉRCOLES DE 17:00-18:00

CURSOS: 1º, 2º, 3º INFANTIL / 1º A 6º PRIMARIA



Esta actividad es ideal para desarrollar capacidades físicas y aprender a escuchar nuestro cuerpo y mente.

Durante los últimos años ha aumentado la popularidad de esta actividad debido a la gran cantidad de beneficios que se obtienen tanto en adultos como en niños.

A medida que avance el curso, iremos notando un aumento considerable de la flexibilidad, reducción del estrés, mejora en la tensión muscular, mejora de la coordinación y el equilibrio y mejora de la función respiratoria. Instaurar estos beneficios en nuestro cuerpo desde pequeños es una gran oportunidad para nuestro futuro.

Entre los objetivos a desarrollar cabe destacar: Mejorar la concentración, aumentar la capacidad para enfocarse en tareas específicas, ayudar a reconocer, observar y gestionar las emociones, mejorar el equilibrio y la flexibilidad, aprender hábitos de respiración y conocer y poner en práctica estrategias para la relajación.

CURSO 25/26 - MARMAN SPORTS - MARINA

ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR	DÍAS	HORA	CURSOS
GIMNASIA RÍTMICA Grupo 1*	L Y X	17:00-18:00	1º, 2º, 3º infantil / 1º a 6º primaria
GIMNASIA RÍTMICA Grupo 2*	M Y J	17:00-18:00	1º, 2º, 3º infantil / 1º a 6º primaria
FLAMENCO	L Y X	17:00-18:00	1º, 2º, 3º infantil / 1º a 6º primaria / ESO
BAILE URBANO	M Y J	17:00-18:00	1º, 2º, 3º infantil / 1º a 6º primaria / ESO
VOLLEYBALL	M Y J	17:00-18:00	1º a 6º primaria / 1º a 4º ESO / Bchto.
GIMNASIA ACROBÁTICA	L Y X	17:00-18:00	3º infantil / 1º a 6º primaria / ESO
PSICOMOTRICIDAD	L Y X	17:00-18:00	1º, 2º, 3º infantil
YOGA	L Y X	17:00-18:00	1º, 2º, 3º infantil / 1º a 6º primaria
** GRUPO MÍNIMO: 10 ALUMNOS **			

CONTACTO: Marina Reyes

Col. INEF 65.510

 **672624574**



marmansports@gmail.com