Club Santa Isabel Deportivo

Oferta deportiva Espatidero

Temporada 2023 / 2024

!HOLA A TOD@S!

Son muchos los beneficios que se consiguen al practicar deporte, y más si se hace desde pequeño. Favorecemos con ello a un mejor desarrollo físico, personal y psicológico; aspectos muy importantes para crecer como personas.

Desarrollo físico: el practicar deporte de una manera regular, contribuye a un mejor desarrollo de los huesos, músculos y articulaciones; así como un aumento y mejora de las habilidades motoras. Aleja del sedentarismo y evita padecer sobrepeso u obesidad, problemas que han incrementado en los menores estos últimos años. En algunos casos puede ayudar también a corregir algún defecto físico.
Todo ello acompañados siempre de una alimentación sana y equilibrada.

Mejor desarrollo personal: El educar desde pequeños según unas normas y unos hábitos, como el compromiso con un equipo y sus entrenamientos, les ayuda a ser respetuosos y responsables en cualquier ámbito de su vida.

Aprenden a socializar, a conocer gente y estar con ellos. El sentimiento de permanencia a un grupo social, les ayuda a generar una identidad, aspecto muy importante en la adolescencia.

Se fomenta el trabajo en equipo, haciéndoles ver que cada miembro de este es importante para alcanzar metas, sin depender de género y habilidades físicas. Educar en los valores de superación, compromiso, sacrificio, resistencia, trabajo en equipo, motivación; es muy importante para generar las bases de los adultos que serán en el futuro.

En **Santa Isabel Deportivo** los niñ@s aprenderán y disfrutarán las virtudes del practicar deporte en un ambiente divertido. Que nuestros hij@s se divertían a la vez que aprenden y hacen actividad física.

A continuación, exponemos los deportes que ofrecemos:

Fútbol Sala

Deporte de equipo, ayuda a canalizar emociones y energía. Practicar este deporte fomenta la superación personal y las relaciones personales. Aprenderán a ser buenos jugadores dentro y fuera del terreno de juego, sabiendo posteriormente aplicar lo aprendido a cualquier ámbito de su vida.

Es una actividad muy completa, se mantendrán activos, alejándolos del sedentarismo, mejorando su capacidad motora y su capacidad cardiovascular; fortalecerán sus músculos y resistencia física.
Al mismo tiempo les ayuda a liberar el estrés y las tensiones de los estudios, a la vez que se divierten y sociabilizan. Se fomenta la disciplina, la rutina, el compañerismo, el sentido de la responsabilidad y el trabajo en equipo.

Lunes y miércoles
de 15:30 a 16:30

Polideportivo Fernando Escartín.

SOCIOS AMPA
Federado 26 €/mes
No federado 24 €/mes
NO SOCIOS AMPA
Federado 28 €/mes
No federado 26 €/mes
Incluye servicio de acompañamiento a las instalaciones

Baloncesto

Deporte de equipo, practicar baloncesto, ayuda al desarrollo personal, social, físico y emocional. Con el potenciaran valores como el compañerismo, trabajo en equipo y el respeto; al mismo tiempo que se divierten en un ambiente relajado y sano.

Entrenar este deporte ayuda a mejorar la coordinación, la agilidad, la habilidad locomotriz y los reflejos. Potenciarán su concentración y aumentarán su resistencia, a la vez que proteger su sistema cardiovascular y su resistencia muscular.

Una de las ventajas de practicar este deporte, es que su puede realizar de igual manera en el interior como en el exterior.

Martes y jueves
de 16:30 a 17:30

Se realiza en Colegio El Espartidero

SOCIOS AMPA

Federado 26 €/mes
No federado 24 €/mes

NO SOCIOS AMPA

Federado 28 €/mes
No federado 26 €/mes

Incluye servicio de acompañamiento a las instalaciones

Karate

Deporte que ofrece grandes beneficios a nivel físico y mental, especialmente si se practica desde la infancia.

Arte marcial que consiste en técnicas de lucha utilizando solamente el propio cuerpo. Es una valiosa forma de defensa, sin ser agresivo ni ofensivo. Para poder practicar este deporte es necesaria una apta capacidad de concentración, está especialmente recomendado para niños con ira y o déficit de atención, permitiéndoles controlar sus emociones y liberar energía, por la filosofía en la que se rige. Ayuda a enfrentarse a las insatisfacciones de la vida de mejor manera.

Practicar Karate tiene varios beneficios físicos como mejorar y fortalecer le sistema respiratorio y cardiovascular, así como la coordinación del tronco superior e inferior.

Se educan en disciplina y en el respeto a uno mismo y a sus compañeros.

Martes y jueves
de 16:30 a 17:30

Gimnasio Colegio El Espartidero

Precio:
24 €/mes SOCIO AMPA
26 €/mes NO SOCIO AMPA

NO incluye licencias federativas

Se ofrece apoyo para vestir a los niñ@s ante y después de las clases. Así como la recogida en las clases y acompañamiento a las instalaciones donde se realizarán.

Datchball

Deporte de equipo, que se caracteriza por su dinamismo y su fuerza. Con él se trabajan aspectos motores, cognitivo y afectivos.

Motores: Además de los aspectos básicos, mejora la coordinación óculo manual y el dinamismo en general; esto ayuda al desarrollo de la percepción espacio-temporal.

El nivel de exigencia física en medio, carreas de un lado a otro, saltos y giros para esquivar y un constante estado de alerta.

Cognitivos: una alta capacidad de concentración, pues tendrán que estar pendientes en todo momento del equipo contrario, del terreno de juego y de las 3 pelotas que deben esquivar.

Aprenderán a tomar decisiones rápidamente para su bien y el de su equipo. El dinamismo del juego hace que evolucione y cambie rápidamente, teniendo los jugadores que adaptarse rápidamente a él, siendo el propio equipo el que decide que hacer en cada momento. Al mismo tiempo aprenderán a ser estrategas, analizar cada situación y cómo afrontarla teniendo en cuenta las fortalezas y debilidades de uno mismo, de su equipo y del contrario.

Lunes y miércoles
de 16:30 a 17:30

Colegio El Espartidero

Precio:
24 €/mes SOCIO AMPA
26 €/mes NO SOCIO AMPA

NO incluye licencias federativas

Bádminton

Deporte de raqueta individual o por parejas , que repercute positivamente en la salud física y mental.

El practicar Bádminton , tonifica los músculos y aumenta la fuerza muscular , aumenta la resistencia y capacidad pulmonar , agudiza los reflejos , la coordinación y la agilidadad , potencia el equilibrio e incrementa la capacidad visual.

El Bádminton , es un deporte muy completo que ayuda a liberarse del estrés de los estudios , proporcionando bienestar social.

Martes y jueves
de 15:30 a 16:30

Por definir

Precio:
24 €/mes SOCIO AMPA
26 €/mes NO SOCIO AMPA

NO incluye licencias federativas