



COLEGIO DE FOMENTO  
ALDOVEA  
BILINGÜE

# ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

COLEGIO ALDOVEA | 2023 - 2024



DEPORTIVAS

# FÚTBOL

Coordinador:

**Miguel Ángel López Sánchez**





# PRIMARIA

## **1° A - Primaria**

ESCUELA BASE

Lunes y Viernes | 13:00 - 14:00 | 40 €/mes

## **1° B - Primaria**

ESCUELA BASE

Lunes y Viernes | 13:00 - 14:00 | 40 €/mes

## **2° A - Primaria**

PREBENJAMÍN A

Martes | 13:00 - 14:00 | 40 €/mes

## **2° B - Primaria**

PREBENJAMÍN B

Jueves | 13:00 - 14:00 | 40 €/mes

## **3° A - Primaria**

BENJAMÍN C

Lunes y Miércoles | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes

## **3° B - Primaria**

BENJAMÍN D

Martes y Jueves | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes

## **4° A - Primaria**

BENJAMÍN A

Martes y Jueves | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes

## **4° B - Primaria**

BENJAMÍN B

Martes y Jueves | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes

## **5° - Primaria**

ALEVÍN A F7

Martes y Jueves | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes

## **6° B - Primaria**

ALEVÍN A

Martes y Jueves | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes

## **6° A - Primaria**

ALEVÍN A

Martes y Jueves | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes



¿Es tu actividad?

FORMULARIO INSCRIPCIÓN



# SECUNDARIA

**1° ESO**

INFANTIL B

Lunes y Miércoles | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes

**2° ESO**

INFANTIL A

Lunes y Miércoles | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes

**3° ESO**

CADETE A

Lunes y Miércoles | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes

**4° ESO**

CADETE A

Lunes y Miércoles | 17:00 - 18:30 | 55 €/mes

# BACHILLERATO

**BACHILLERATO**

JUVENIL

Martes | 15:30 - 16:45 | 55 €/mes

¿Es tu actividad?

FORMULARIO INSCRIPCIÓN





# BALONCESTO

## DE 3º A 6º DE EP

- Los martes y jueves de 17:00 a 18:30.
- Precio de 55 €/mes.

## DE 1º A 4º DE LA ESO

- Los lunes y miércoles de 17:00 a 18:30.
- Precio de 55 €/mes.

¿Es tu actividad?

FORMULARIO INSCRIPCIÓN



# EN COLABORACIÓN CON LA FUNDACIÓN STADION

El baloncesto potencia habilidades como:

- La agilidad mental en la toma de decisiones. En décimas de segundo hay que decidir cuál es la mejor opción en función de la defensa y de las posiciones de los compañeros.
- La velocidad de reacción. Un juego muy rápido en un espacio pequeño de juego.
- La inclusión. Todos los jugadores deben saber hacer de todo: pasar, botar, tirar, defender. No hay especialización. Todos los jugadores forman parte del juego en ataque y en defensa. Además, en las edades de formación el reglamento obliga a que todos los jugadores jueguen al menos un cuarto del tiempo y que ninguna persona juegue el partido completo.
- Respeto a las normas. El reglamento del baloncesto tiene una especial atención en el respeto a árbitros y contrincantes.
- Creemos por tanto en el baloncesto, como una herramienta perfecta para el desarrollo físico, mental y personal desde edades tempranas y durante todo su proceso de formación.

**Iniciación edades temprana:** el método de trabajo, basado en un aprendizaje secuencial a través del juego, en el que los pequeños detalles son trabajados minuciosamente para crear una base técnica, se combina con una formación personal basada en el respeto, el esfuerzo y la disciplina individual, puestas al servicio del equipo. Potenciar el trabajo de la técnica individual permite paulatinamente a los jugadores desarrollar la creatividad en el juego.

**Programa secuencial:** desde 1º hasta 6º de primaria, cada jugador, al ritmo que le corresponda, alcanzará los objetivos marcados en cada una de las etapas, lo que permitirá a todos ellos una transición natural de una categoría a otra.

**Competición:** formación de equipos por categorías que compitan en las Ligas más adecuadas al nivel de estos, que permita a los jugadores que así lo deseen, vivir la experiencia de pertenecer a un equipo con un objetivo común, representando a su colegio.

**Tecnificaciones mensuales:** entrenamientos conjuntos con jugadores de otros colegios de la FUNDACIÓN STADION. Una vez al mes, de octubre a mayo, se convocará a un grupo de 4/5 jugadores de cada equipo de de todos los colegios a un entrenamiento de aproximadamente 2 horas, dirigido por entrenadores especialistas en formación técnica avanzada. Una magnífica ocasión para seguir avanzando en la formación, conviviendo con jugadores y entrenadores de otros colegios. La convocatoria a estos entrenamientos será decisión de los entrenadores y del coordinador de baloncesto, en base al compromiso, esfuerzo, actitud y aptitud, de los jugadores.

**Equipos STADION:** con la idea de seguir ofreciendo más herramientas a aquellos jugadores con mayores aptitudes, que además estén dispuestos a invertir más tiempo en su formación, la temporada 23-24 se pondrán en marcha los EQUIPOS STADION que permitirá a jugadores seleccionados, que así lo deseen, entrenar y jugar una vez a la semana con otros jugadores seleccionados de los colegios de la FUNDACIÓN, sin dejar de jugar en el equipo del colegio.

Estos equipos STADION arrancan este curso 23-24 solo con presencia femenina pero con vocación de crear equipo masculino tan pronto sea posible.

Coordinador baloncesto Aldovea:

**Mario Diaz Tavira**



Coordinador general baloncesto:

**Adolfo Garcia**



*\* Miembro del equipo de seleccionadores de la Federación de Baloncesto de Madrid*



# VOLLEYBALL

## DE 3º A 6º DE EP

- Los lunes y miércoles de 17:00 a 18:30.
- Precio de 45 €/mes.

## DE 1º A 4º DE LA ESO

- Los martes y jueves de 17:00 a 18:30.
- Precio de 45 €/mes.

¿Es tu actividad?

FORMULARIO INSCRIPCIÓN



# EN COLABORACIÓN CON LA FUNDACIÓN STADION

**Plan de trabajo:** el objetivo principal es crear una estructura que trabaje los distintos aspectos del voleibol desde la base (alevines) hasta el final de la etapa escolar (juveniles).

Trabajaremos los primeros años con una formación general de todos los equipos que puedan formarse en las categorías superiores, siendo el de categoría alevín el que ya siga la pauta ideal de ir trabajando cada aspecto técnico en una edad concreta.

**Competiciones:** se buscará inscribir a los equipos en liga municipal, ya que es una competición de un nivel medio y con una buena organización.

Además, los jugadores tendrán la posibilidad de ser convocados a jornadas técnicas de la Fundación que se celebrarán cada trimestre para trabajar la técnica individual coincidiendo con los equipos de los otros colegios.

También a lo largo del año se ofertarán amistosos; un campus de tecnificación en navidades y torneos entre todas las escuelas de la Fundación Stadion.

Coordinador voleibol Aldovea:

**Diego Goujon** 

*\*Entrenador profesional con maestría en voleibol  
y Máster profesional en alto rendimiento en  
deportes de equipo*



# ATLETISMO

## PRIMARIA

- Los lunes y miércoles de 17:00 a 18:30.
- Precio de 40 €/mes.

## ESO Y BAC

- Los martes y jueves de 17:00 a 18:30.
- Precio de 40 €/mes.

*\*La matrícula inicial de 60 € está destinada a la adquisición de la licencia federativa y la equipación propia de la actividad.*

¿Es tu actividad?

FORMULARIO INSCRIPCIÓN





# EN COLABORACIÓN CON LA FUNDACIÓN STADION

Plan de trabajo: Se trabajará en dos niveles divididos por edades: iniciación y especialización.

**1. Iniciación (Primaria):** En Iniciación partimos de cero y trabajamos mucho en que el alumno adquiera hábitos deportivos saludables y en desarrollar, a cada nivel, una buena base técnica, de ritmo y capacidad de adaptación. Este enfoque de formación, ayuda también al desarrollo corporal de cada niño. Lo conseguimos por medio de juegos y trabajando sobre distintas disciplinas para que sea una formación lo más completa posible. Se inician todos los sectores: velocidad, resistencia (en pista y campo a través), saltos (altura y longitud) y lanzamientos (peso, jabalina y disco).

**2. Especialización (ESO y Bachillerato):** En Especialización buscamos potenciar la prueba o pruebas en las que destaque cada atleta. Entrenamientos especializados, buscando el máximo rendimiento deportivo del atleta a todos los niveles de competición (territorial, nacional, internacional...).

**Competiciones:** todos los atletas competirán a nivel federado territorial en pruebas del calendario de la Federación de Atletismo de Madrid de la mano del Club Deportivo UMA, club de la propia Fundación, y junto a todos los demás atletas de los colegios (una escuela de más de 200 deportistas). A nivel individual, todo atleta podrá optar a competir en su campeonato de Madrid individual y el atleta que realice una mínima nacional, podrá optar a competir en el Campeonato de España.

Hay controles individuales prácticamente todos los fines de semana, y cada atleta, de la mano del entrenador, decide si quiere ir a competir.

A nivel colectivo, las mejores marcas en cada prueba y categoría tendrán la oportunidad de formar parte del equipo de la UMA en los distintos Campeonatos de Madrid de clubes (pista cubierta, cross, aire libre).

**Jornadas de tecnificación:** para solventar las posibles carencias de instalaciones específicas en los colegios, la Fundación organiza jornadas técnicas en pistas homologadas para trabajar esas pruebas específicas (altura, longitud, vallas...). El atleta puede elegir cada fin de semana, asistir a la tecnificación y/o a la competición correspondiente a la que asista el club.

**Resultados Curso 22-23:** en el curso que acaba de terminar el Club ha asistido a 55 controles de competición; se han celebrado 10 jornadas técnicas y conseguido 16 medallas en campeonatos de Madrid. Además tres atletas han participado en los Campeonatos de España.

Coordinador atletismo Aldovea:

**Carlos Heras**



*\*Entrenador nacional atletismo*

# JUDO

## DE 1º A 6º DE EP

- Los lunes y miércoles de 12:50 a 13:50.
- Precio de 55 €/mes.
- A los alumnos de 1º de Primaria que se apunten en los meses de septiembre y octubre se les entregará el kimono sin coste adicional.

## DE 1º A 4º DE LA ESO

- Los lunes y miércoles de 14:00 a 15:00.
- Precio de 55 €/mes.

¿Es tu actividad?

FORMULARIO INSCRIPCIÓN





# PÁDEL

## PRIMARIA

- Cursos de 1º a 4º de Primaria: los martes y jueves de 13:00 a 13:45. Precio de 40 €/mes.
- Cursos de 5º a 6º de Primaria: los lunes y miércoles de 13:00 a 13:45. Precio de 40 €/mes.

## SECUNDARIA

- Cursos de 1º a 4º de ESO: los lunes y miércoles de 14:00 a 14:45. Precio de 40 €/mes.

¿Es tu actividad?

[FORMULARIO INSCRIPCIÓN](#)





# HOCKEY PATINES

1º, 2º Y 3º EP

- Los lunes y miércoles de 13:00 a 14:00
- Precio de 40 €/mes.

¿Es tu actividad?

[FORMULARIO INSCRIPCIÓN](#)





COLEGIO DE FOMENTO  
ALDOVEA  
BILINGÜE

## EQUIPACIONES DEPORTIVAS



- El pack de competición se compone de dos camisetas de juego (blanca y roja), pantalones, medias y sudadera.
- Para acceder a la tienda virtual podéis seguir el vínculo que aparece a continuación. Allí podréis adquirir la equipación deportiva obligatoria para la competición con el usuario Colegio y la contraseña Aldovea

[Manual de compra](#)

[Tabla con tallas](#)

[Tienda virtual](#)





ARTÍSTICAS

# GUITARRA

## 4º, 5º Y 6º DE EP

- Iniciación a la Guitarra.
- Los jueves o viernes de 15:25 a 15:55.
- Precio de 30 €/mes.

## ESO Y BAC

- Grupo Musical.
- Los miércoles de 14:15 a 15:00.
- Precio de 30 €/mes.

¿Es tu actividad?

[FORMULARIO INSCRIPCIÓN](#)





# ROBÓTICA

## 1º, 2º Y 3º EP

- First Lego League Explore
- Los martes de 13:00 a 13:45.
- Precio de 35 €/mes.

## 4º, 5º Y 6º EP

- First Lego League Challenge Primaria
- Los miércoles, jueves y viernes de 13:00 a 13:45.
- Precio de 35 €/mes.

## SECUNDARIA

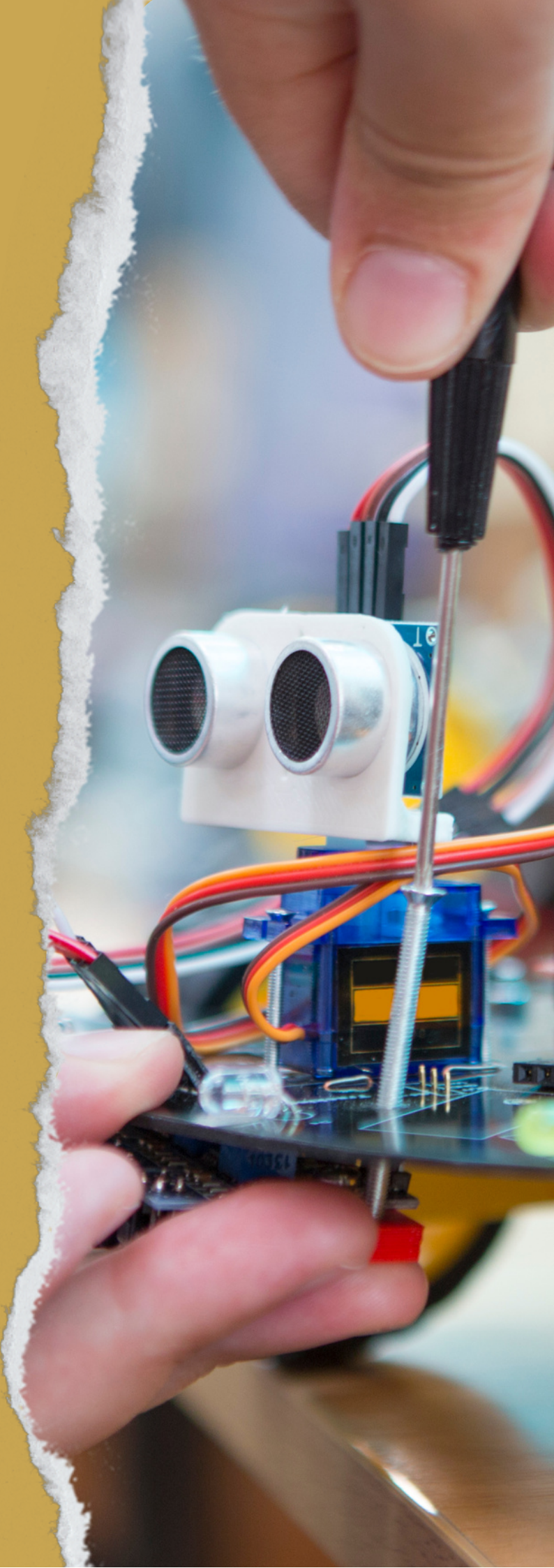
- First Lego League Challenge Secundaria
- Horario flexible.
- Precio de 35 €/mes.

*\*La matrícula inicial de 50 € está destinada a la adquisición del material necesario para el desarrollo de la actividad e incluye la inscripción en el concurso First Lego League.*

¿Es tu actividad?



[FORMULARIO INSCRIPCIÓN](#)





# AJEDREZ

## PRIMARIA

- Los miércoles y viernes de 15:00 a 15:55.
- Precio de 35 €/mes.

## SECUNDARIA

- Los martes y jueves de 14:00 a 15:00.
- Precio de 35 €/mes.

¿Es tu actividad?

[FORMULARIO INSCRIPCIÓN](#)





# ORATORIA Y DEBATE

INFORMACIÓN POR GRUPOS





# ESO Y BAC

Dirigida a alumnos entre 4º ESO y 1º de Bachillerato (45 €/mes)  
(Esta actividad está sujeta a un número mínimo de inscripciones)

El objetivo de esta actividad es potenciar las habilidades de oratoria y debate de los alumnos, mejorando sus soft skills y haciéndoles adquirir pensamiento crítico y confianza en sí mismos a la hora de exponer.

Aproximación del contenido:

- Generación de confianza y seguridad.
- Uso de la comunicación no verbal.
- Uso del lenguaje verbal.
- Estructuración de discursos.
- Técnicas de argumentación y refutación.
- Técnicas para fomentar el pensamiento crítico.
- Debate competitivo I: funcionamiento y preparación de un torneo de debate académico.
- Debate competitivo II: estrategias para participar con éxito en un torneo de debate académico.
- Adaptación al público y al contexto.
- Gestión de preguntas e improvisación.
- Gestión de sesgos en la comunicación para maximizar la persuasión.
- Técnicas de negociación.



¿Es tu actividad?

[FORMULARIO INSCRIPCIÓN](#)

