



# CATÁLOGO DE ACTIVIDADES ACADEMIA S.M.O.



Unas actividades totalmente diferentes  
para todo Ourense

# Presentación

## ¿QUÉ PROPONEMOS?

Las actividades extraescolares propuestas en este proyecto, están destinadas a complementar la educación del alumnado en el campo Cultural, Artístico y Deportivo independientemente de que sea alumno del Seminario Menor de Ourense o de otro centro

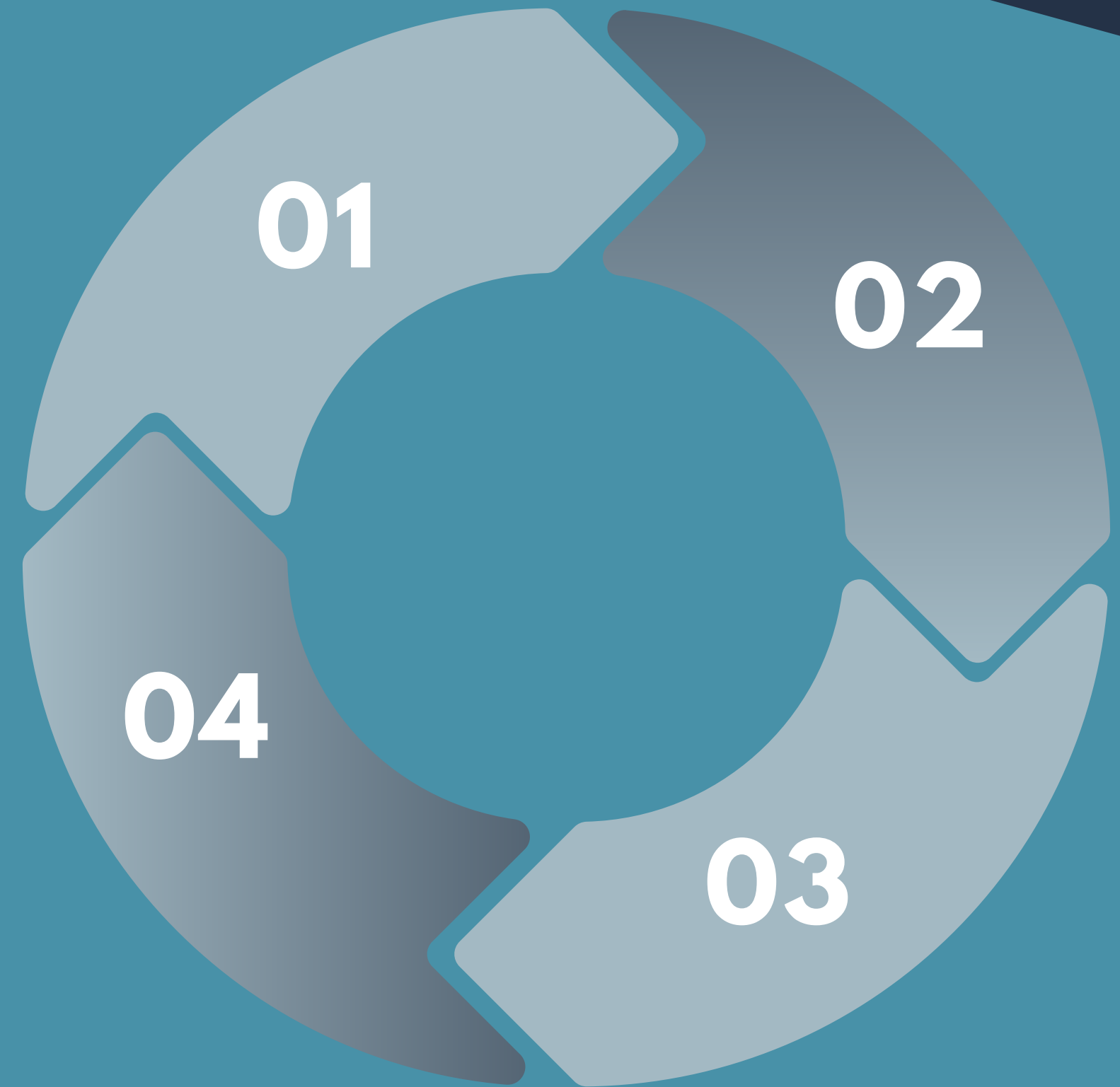
## ¿DÓNDE?

Todas y cada una de las propuestas se desarrollarán dentro de las instalaciones del S.M.O



# Objetivos de las academias

- 01** Proponer un plan completo de trabajo y gestión, pensado para diseñar un proyecto educativo dedicado a todas las familias
- 02** Ofrecer unas actividades de índole multidisciplinar, donde cada alumno puede crear, disfrutar y descubrir actividades artísticas, lingüísticas, musicales y deportivas
- 03** Ofertar una gama amplia y variada de actividades pensadas para edades comprendidas entre los 12 y 16 años
- 04** Trabajar una educación inclusiva centrada en las necesidades de cada uno de los alumnos/as con los que trabajamos, adaptándolas y modificándolas en función de los grupos de trabajo.



# HORARIOS

- Las academias tendrán lugar los Lunes, Martes, Miércoles y Jueves
- El horario de comienzo de la misma es a las 17:10h
- Su finalización será a las 18:10h



*Los alumnos NO pertenecientes al centro, deberán estar 10 minutos antes del comienzo de las actividades*



*Disponemos de amplio lugar de aparcamiento y zonas de paseo. Además hay una parada de bus urbano muy cercana.*



# Actividades

LUNES

DISEÑO Y FOTOGRAFÍA



MARTES

TENIS DE MESA  
(Avanzado)



(3º 4º ESO y BACH)

MIÉRCOLES

DEFENSA PERSONAL



JUEVES

AJEDREZ



DISEÑO DE  
VIDEOJUEGOS



PERCUSIÓN



ESCUELA DE  
COMUNICACIÓN



INGLÉS  
Con Certificado Oficial



PRODUCCIÓN  
MUSICAL y DJ



ORQUESTA ESCOLAR



ENTRENAMIENTO DE  
ALTO RENDIMIENTO

(3º 4º ESO y BACH)



INTENSIVE  
BASKET



TENIS DE MESA  
(Amateur)

(1º Y 2º ESO)



ESCUELA DE COMUNICACIÓN PARA ADULTOS ( martes de 18:30 a 19:30)

# Diseño gráfico y fotografía



Nociones básicas de fotografía nivel usuario y aprovechamiento del máximo rendimiento de la cámara del teléfono móvil.

Acercamiento al diseño gráfico, creación y producción de contenido.

Aprovechamiento para el ámbito académico y personal de cada alumno en la creación y maquetación de documentos y presentaciones, tarjetas, cartelería y póster de gran formato.



**Observaciones:** Los alumnos deberán traer ordenador propio.



# Diseño de Videojuegos



El objetivo principal es que los alumnos descubran y aprendan mediante tecnología y diferentes herramientas de programación, nociones básicas de diseño y programación de videojuegos, desarrollando así diversas competencias como creatividad, pensamiento lógico-matemático, trabajo en equipo .....



**Observaciones:** Los alumnos deberán traer ordenador propio, con las siguientes características, antigüedad que no exceda los 5 años y un sistema operativo Microsoft, para la descarga de programas relacionados con la actividad.



# Orquesta Escolar



Iniciación y perfeccionamiento en instrumentos de cuerda (guitarra, ukelele, bajo) y teclado.

También se ofrece esta academia para todos aquellos que ya tocan algún instrumento como un espacio para el ensayo y la posibilidad de fusión con la orquesta escolar.

Se incluye el canto como parte de esta academia musical.



**Observaciones:** Los alumnos que tengan instrumento propio podrán traerlo a cada sesión.





# Tenis de mesa



Con la actividad de tenis de mesa pretendemos mejorar la velocidad y sincronización de los movimientos por lo que se trabaja con intensidad capacidades como los reflejos o la capacidad de reacción y acción.

Así como una buena predisposición psicológica y de concentración que adquiere importancia al necesitarse un gran desarrollo y agilidad mental.



**Observaciones:** Para el desarrollo de la actividad los alumnos deberán traer una raqueta de pin pon y tres pelotas, preferiblemente marcadas con su nombre .



# Percusión



Acercamiento teórico-práctico que pretende dar una educación amplia e integral del alumnado de los diferentes instrumentos de percusión.

Aprendizaje de nociones básicas de la música: pulso, ritmo, compás, figuras rítmicas... que son necesarias para poder comprender una partitura o estructura de una canción.

Por último, se pretende que el alumno desarrolle herramientas para improvisar de manera creativa y componer sus propios patrones rítmicos.



# Entrenamiento de alto rendimiento



Consiste en un entrenamiento de alta intensidad basado en el trabajo de fuerza y resistencia cardiovascular.

El Objetivo principal de esta actividad consiste en alcanzar el máximo rendimiento físico mediante una serie de pautas de entrenamiento marcadas y medidas por un entrenador.



**Observaciones:** Imprescindible ropa deportiva y calzado deportivo para poder realizar la actividad.



# Inglés con certificado oficial



Una forma diferente de aprender Inglés, mediante un aprendizaje interactivo que incorpora actividades como debates, role-plays, además de trabajar con los recursos tecnológicos a nuestro alcance.

Basado principalmente en un aprendizaje individualizado, enfocándose en las destrezas y reforzando los puntos débiles para lograr alcanzar el nivel de inglés óptimo para poder realizar los diferentes exámenes oficiales a lo que podrán optar .

Por ello se realizarán pequeñas pruebas a lo largo del curso para evaluar la progresión de cada alumno.



# DEFENSA PERSONAL



Se trata de una actividad pensada para desarrollar ciertas herramientas que nos servirá para aprender técnicas de defensa personal que sirvan a los alumnos en su día a día.

Además se intentará formar una actitud firme y clara frente a la violencia

Fomentar el apoyo mutuo, el trabajo en equipo y el compañerismo entre los participantes.



**Observaciones:** Imprescindible ropa deportiva y calzado deportivo para poder realizar la actividad.



# Intensive Basket



Es una academia dirigida por el ex jugador de la NBA y de la ACB Willie Ladson.

Con ella se pretenden desarrollar unas pautas y técnicas deportivas, con un nivel de intensidad elevado y exigente. Todo ello unificado a través de la practica del baloncesto como pilar fundamental .

Favoreciendo la cohesión de grupo y el trabajo colaborativo entre los integrantes



**Observaciones:** Imprescindible ropa deportiva y calzado deportivo para poder realizar la actividad.



# AJEDREZ



Es una propuesta dirigida a mejorar la técnicas y habilidades de este deporte.

Además es una actividad que ayuda a los alumnos a estructurar el pensamiento, solucionar problemas, pensar, tomar decisiones, analizar, prestar atención, concentrarse, reforzar la memoria visual y la percepción... También les ayuda a saber planificar y a ser riguroso y ordenado mentalmente.



# Programación musical y Dj



Es una actividad en la cual los alumnos mediante sus ordenador y diferentes programas electrónicos e informáticos, aprenderán a componer, desarrollar y crear diferentes secuencias musicales estructuradas y basadas en unas pautas musicales.

El objetivo principal, es la adquisición de la formación musical electrónica correspondiente para poder crear una secuencia musical completa.



**Observaciones:** Los alumnos deberán traer ordenador propio, con las siguientes características, antigüedad que no exceda los 5 años y un sistema operativo Microsoft, para la descarga de programas relacionados con la actividad.



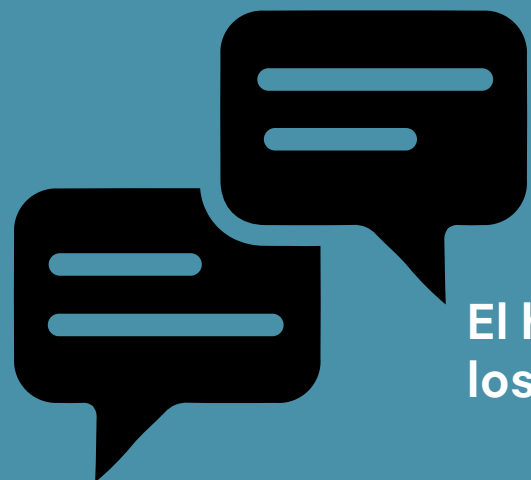


# Escuela de Comunicación



Adquisición de una serie de competencias en comunicación verbal y no verbal. Elaboración de discursos y presentaciones.

Aprovechamiento a nivel académico para el alumno para sus exámenes o presentaciones orales, futura oposición



El horario de esta escuela para adultos es todos los Martes de 18:30 a 19:30



# Plan de precios Alumnado S.M.O



## PACK BÁSICO

- ✓ Incluida en la mensualidad
- ✓ 1 Academia a elegir

**32€**

## PACK ESTÁNDAR

- ✓ Academia incluida en mensualidad
- ✓ Otra academia a elegir
- ✓ Total :2 Academias

**28€**

+ 32€ ya incluidos en la matrícula

## ★ PREMIUM

- ✓ Academia incluida en mensualidad
- ✓ Dos academias a elegir
- ✓ Total:3 Academias

✓ **45€**

+ 32€ ya incluidos en la matrícula

## ★★ GOLD

- ✓ Academia incluida en mensualidad
- ✓ Tres academias a elegir
- ✓ Total:4 Academias

✓ **60€**

+ 32€ ya incluidos en la matrícula

# Plan de precios

## Alumnado NO S.M.O

### PACK BÁSICO

- ✓ 1 Academia a elegir

**35€**

### PACK ESTÁNDAR

- ✓ 2 Academias a elegir

**60€**

### ★ PREMIUM

- ✓ 3 Academias a elegir

**99€**

### ★★ GOLD

- ✓ 4 Academias a elegir

**119€**



# CATÁLOGO DE ACTIVIDADES ACADEMIA S.M.O



Unas actividades totalmente diferentes



988 39 11 04



[academia@seminariomenorourense.com](mailto:academia@seminariomenorourense.com)