

**PROPUESTA DE
ACTIVIDADES
EXTRAESCOLARES PARA
CENTROS EDUCATIVOS**

Asociación OHANA Salamanca somos un grupo de jóvenes emprendedores salmantinos dedicados a proporcionar experiencias educativas, deportivas y socioculturales para enriquecer la vida de nuestra comunidad.

Nuestro objetivo es facilitar la realización y gestión de una amplia gama de actividades extraescolares para niños y sus familias, favoreciendo la conciliación tanto familiar como laboral, ofreciendo un entorno en el que divertirse y aprender. Además, estamos continuamente mejorando e innovando con el fin de dar un mejor servicio a alumnos, centros y familias.



ASOCIACIÓN
OHANA
SALAMANCA



EXTRAESCOLARES

DEPORTIVAS

El deporte enseña que, para alcanzar los objetivos, es esencial prepararse con disciplina, constancia y esfuerzo.

Al practicarlo, no solo se mejora la salud, sino también las habilidades sociales y la comprensión del mundo que nos rodea. Además, el deporte impulsa a no conformarse con el nivel actual, sino a seguir desarrollándose y superándose.

Por ello, participar en actividades deportivas a cualquier edad es siempre una elección positiva. A través del entrenamiento y la interacción con otros, se pueden observar los propios progresos y disfrutar de los muchos beneficios que el deporte ofrece.

El compromiso constante en las actividades deportivas permite mejorar notablemente en varios aspectos:

- La forma y resistencia física.
- El tono y la fuerza muscular.
- La flexibilidad y la movilidad articular.
- Las habilidades sociales.
- La capacidad de esfuerzo, disciplina y control emocional.
- La aptitud para el trabajo en equipo.



EXTRAESCOLARES

DEPORTIVAS

BALONCESTO / BALONMANO FÚTBOL SALA / VOLEIBOL

Los deportes de equipo fomentan habilidades sociales y colaboración entre los participantes, requiriendo comunicación, estrategia y cooperación. A través del juego, se desarrollan habilidades individuales como coordinación, agilidad, resistencia y fuerza. Además, los jugadores aprenden a apoyar a sus compañeros y a resolver problemas en tiempo real, disfrutando de un entorno competitivo y motivador.

AJEDREZ

Promueve el desarrollo del pensamiento crítico y estratégico. A través de partidas y ejercicios se desarrolla la capacidad para planificar, anticipar movimientos y tomar decisiones, fomentando habilidades cognitivas y la concentración.



EXTRAESCOLARES

DEPORTIVAS

BÁDMINTON

Este deporte de raqueta mejora la agilidad, la precisión y la coordinación a través de la práctica de golpes y desplazamientos rápidos, ofreciendo a los participantes un ejercicio dinámico y desafiante.

GIMNASIA RÍTMICA

Elegante disciplina que combina gimnasia y danza para crear rutinas con pelotas, aros y cintas, desarrollando flexibilidad, coordinación y expresión artística en un ejercicio creativo.

MULTIDEPORTE

Ofrece a los participantes la oportunidad de explorar diversas disciplinas deportivas, fomentando su versatilidad y disfrute en diferentes actividades físicas.



EXTRAESCOLARES

DEPORTIVAS

PILATES

Se centra en fortalecer el núcleo del cuerpo y mejorar la postura, la flexibilidad y el equilibrio, desarrollando una mayor conciencia corporal y una base sólida para otras actividades físicas.

YOGA

Práctica que combina posturas físicas, respiración y meditación. Es ideal para mejorar la flexibilidad, la fuerza y la concentración; ayuda a relajarse y encontrar equilibrio físico y mental.

ZUMBA

Esta actividad de baile con ritmo es divertida y energética, diseñada para mejorar la condición física a través de movimientos coreografiados al ritmo de música contagiosa



EXTRAESCOLARES

ARTÍSTICAS

Crear, dibujar, bailar, interpretar y, sobre todo, imaginar y soñar son las cualidades que definen a nuestros jóvenes artistas, y están en el corazón de nuestro principal objetivo: aprender descubriendo y divirtiéndose.

Con las actividades extraescolares artísticas, los niños y jóvenes desarrollan sus capacidades creativas y exploran nuevas formas de expresión.

Gracias a estas actividades los participantes podrán mejorar notablemente:

- Su comunicación y habilidades sociales.
- Su autoestima y confianza.
- Su capacidad creativa.
- Su capacidad de concentración.
- Su coordinación.
- Su aprendizaje en valores.
- Su conocimiento sobre la cultura y la historia del arte.



EXTRAESCOLARES

ARTÍSTICAS

DIBUJO ARTÍSTICO

Fomenta la creatividad y la expresión personal en los niños y jóvenes, desarrollando habilidades gráficas y permitiendo la libre imaginación en cada sesión.

BAILE MODERNO

Desarrolla la coordinación, la expresión corporal y la confianza en los participantes, mientras aprenden estilos contemporáneos y técnicas coreográficas. Fomenta hábitos saludables y mejora la atención y concentración.

CUENTACUENTOS

Despierta la imaginación y el interés por la literatura a través de narraciones expresivas y escenificaciones, desarrollando habilidades lingüísticas y creatividad en los niños.

TEATRO

Permite a los participantes explorar su creatividad y desarrollar confianza al interpretar personajes y representar historias. Mejora habilidades en comunicación, expresión emocional y trabajo en equipo, mientras ayuda a superar el miedo escénico y a hablar en público.



EXTRAESCOLARES

ACADÉMICAS

Las actividades extraescolares académicas ofrecen a los niños y niñas la oportunidad de desarrollarse plenamente, brindándoles un espacio donde puedan expresar sus dudas y recibir la atención personalizada que necesitan para mejorar y progresar.

REFUERZO ESCOLAR

Las técnicas de estudio son métodos clave para mejorar el aprendizaje. Apoyamos a los niños y niñas en sus tareas y exámenes, proporcionándoles herramientas efectivas para facilitar su aprendizaje.



¿POR QUÉ CONTAR CON NOSOTROS?

Disponemos de un extenso catálogo de actividades extraescolares para centros educativos, en las que los participantes pueden desarrollar sus habilidades bajo la supervisión de nuestros monitores.

Nuestro equipo está altamente capacitado, con formación especializada para ofrecer una enseñanza adaptada a cada alumno, atendiendo a la diversidad y garantizando igualdad de oportunidades. Además cuentan con experiencia en cada una de las actividades que imparten.

Posibilidad de gestión integral de los Programas de Juegos Escolares del Ayuntamiento de Salamanca o simplemente facilitar la contratación de los monitores para que lleven a cabo las actividades relacionadas con los mismos.

Adaptación al horario que el centro educativo quiera para la actividad.

Si el centro educativo desea implementar alguna actividad específica, estudiaremos la propuesta para llevarla a cabo. Nos adaptamos a cualquier sugerencia, buscando los medios y recursos necesarios para su realización.

CONTACTO

ESTAMOS AQUÍ PARA RESPONDER
TUS CONSULTAS

TELÉFONO

613 04 18 53

CORREO ELECTRÓNICO

info@ohanasalamanca.es

WEB

www.ohanasalamanca.es



ASOCIACIÓN
OHANA
SALAMANCA