

I.C.
H.



**QUINTA
SEMANA DE LA SALUD Y
EL DEPORTE**



**COLEGIO HISPANIA
31 MARZO AL 8 ABRIL
2016**

¡ Os esperamos !

Carrera solidaria Colegio Hispania

Viernes 8 de abril

A favor del centro infantil de atención temprana
"Virgen de la Caridad" de ASTUS



astus
Asociación Tutelar de la
Persona con Discapacidad

**COMPRA TU DORSAL SOLIDARIO A 2 EUROS Y QUE TU
ESFUERZO SIRVA PARA AYUDAR A QUIEN MÁS LO NECESITA**

Y DESPUÉS...

COMIDA DE CONVIVENCIA
ORGANIZADA POR EL AMPA
PAELLA GIGANTE PARA TODOS
HINCHABLES PARA LOS NIÑOS.
¡UN DÍA DE FIESTA EN TU
COLEGIO!



Colaboran: Concejalía Deportes Excmo., Ayuntamiento Cartagena, Gimnasio Viva Gym Cartagena, ASTUS, AMPA Colegio Hispania, Cadena SER, La Opinión

DEPORTES
CARTAGENA

VIVA
Gym

CADENA
SER

La Opinión

base
colladosports

ACTIVIDADES PARA PRIMARIA

JUEVES 31 DE MARZO

11:30-12:30 INAUGURACIÓN DE LA V SEMANA DE LA SALUD Y EL DEPORTE. Y DEL AÑO OLIMPICO 2016 - RÍO DE JANEIRO. Encendido de la antorcha olímpica.

15:30-17:30 Exhibición de BADMINTON a cargo del CLUB BADMINTON CARTAGENA. 3º Y 4º PRIMARIA. Chandal.

15:45-17:30 MINIOLIMPIADAS para los alumnos de INFANTIL. Chándal

VIERNES 1 DE ABRIL

9:00-10:00. CHARLA para los alumnos de 6º DE PRIMARIA a cargo de la pediatra María Dolores Fernández. "Hábitos saludables y nocivos"

15:30-16:30 TALLER de la Enfermera Raquel López para los alumnos de 3º de Primaria. "Prevención accidentes en el hogar".

15:45-17:30 MINIOLIMPIADAS 1º, 2º De Primaria. Chandal.

LUNES 4 DE ABRIL

9:00 MINIOLIMPIADAS Escuela Infantil

15:45-17:30 MINIOLIMPIADAS para los alumnos de 3º, 4º Y 5º de PRIMARIA. Chándal.

MARTES 5 DE ABRIL

9:00-12:30 Salida del programa ADE para pasar una jornada con el UCAM TENIS DE MESA de Cartagena. Para los alumnos de 4º de Primaria.

10:30-12:30 Taller "Todos somos iguales, todos somos diferentes. Acercándonos a la discapacidad" para 2º de Primaria a cargo de los miembros de la asociación ASTUS, para que los alumnos conozcan los fines que se pretenden con la carrera solidaria.

15:30-17:30 CHARLA DEPORTIVA para los alumnos DE 5º PRIMARIA con título "Los valores del deporte", a cargo de D. Manuel Requena, maestro de EF, licenciado en CAFyD y José Miguel Campos entrenadores de Fútbol actualmente en el Granada C.F.



MIÉRCOLES 6 DE ABRIL

9:00-12:30 JORNADA DEPORTIVA INTERCENTROS. Desplazamiento al pabellón central de Cartagena para realizar encuentros deportivos con los alumnos del colegio La Encarnación de Barrio Peral. Para 6º de Primaria.

10:30-12:30 Taller de "Alimentación saludable" a cargo de Mari Luz Otón, enfermera del servicio de digestivo del hospital Santa Lucía. Para los alumnos de 1º de Primaria.

JUEVES 7 DE ABRIL

9:00-12:30 Salida al Pabellón central de Cartagena. Dentro del programa ADE. Fútbol sala, encuentro intercentros. Para los alumnos de 5º de primaria.

10:30-12:30 Taller "Todos somos iguales, todos somos diferentes. Acercándonos a la discapacidad" para 4º de Primaria a cargo de los miembros de la asociación ASTUS, para que los alumnos conozcan los fines que se pretenden con la carrera solidaria.

VIERNES 8 DE ABRIL

9:00- 14:00 CARRERA SOLIDARIA a favor del centro infantil "Virgen de la Caridad" de ASTUS. Desde Infantil hasta bachillerato, padres y madres. **Dorsal solidario 2 euros. Recordad que el horario es especial: entrada a las 9:00, salida a las 14:00 y no hay clase por la tarde. A partir de las 14:15 comida de convivencia organizada por el AMPA con una paella gigante para todos. Miembros del AMPA 1 euro, resto 2 euros. Compra de tickets entrada del cole los días, 30, 31 de marzo y 1 de abril de 9:00 a 9:30 y de 17:00 a 18:00.**

- Durante toda la semana se ofrecerán desayunos saludables en la cantina del colegio, los alumnos podrán desayunar un vaso de fruta variada, cortada y pelada con chocolate, al precio de 0,50 €.

¡Animad a vuestros hijos a que consuman alimentos saludables!

ACTIVIDADES PARA ALUMNOS DE LA ESO

VIERNES 1 DE ABRIL

8:00-14:00 SENDERISMO AL MIRADOR DEL ROLDÁN. Para 1º y 2º de ESO

8:55-09:50 Ponencia "Alimentación saludable en la adolescencia" a cargo de Maribel Cano, Licenciada en Farmacia. Para 3º de ESO.

LUNES 4 DE ABRIL

8:55-9:50 Ponencia "Tecnificación deportiva en el fútbol sala". A cargo de Cipriano Giménez. Facultad de Ciencias del Deporte de la UCAM. Para 1º de la ESO.

MARTES 5 DE ABRIL

8:55-9:50 Ponencia "Alimentación saludable en la adolescencia" a cargo de Maribel Cano, Licenciada en Farmacia. Para 2º de ESO.

8:55-10:30 Clase exhibición de SALSA por los campeones regionales Alfonso y Mónica. Para 4º ESO y BTO.

11:20 -14:00 Carrera de ORIENTACIÓN para los alumnos de 3º ESO a cargo de José Carrión. Parque de La Rosa.

MIÉRCOLES 6 DE ABRIL

8:55 – 9:50 Ponencia "Career in the world of sport". Ingles. 3º y 4º bilingüe.

9:50-10:45 Ponencia "Orientación profesional en el mundo del deporte" 1º y 2º de bachillerato.

15:30-17:30 TORNEO DEPORTIVO para los alumnos de 1º y 2º ESO. Fútbol, baloncesto, atletismo, voleibol, bádminton.

JUEVES 7 DE ABRIL

8:00-14:00 SENDERISMO a la batería de Fajardo y Monte de Galeras. Para 3º de ESO.

11:00 Visita a las instalaciones del GIMNASIO VIVA GYM de Cartagena, donde los alumnos conocerán todas la oferta de actividades y participaran en clases dirigidas de CYCLING y BODY PUMP. Para 4º de ESO.

15:30-17:30 TORNEO DEPORTIVO para los alumnos de 3º y 4º ESO. Fútbol, baloncesto, atletismo, voleibol, bádminton.

ACTIVIDADES EN HORARIO DE TARDE PARA ALUMNOS DE ESO, MADRES Y PADRES

VIERNES 1 DE ABRIL

16:00-17:15 Master Class de PILATES impartida por Pedro Baraza

Sólo tenéis que traer un aislante o una toalla y muchas ganas de participar. Lugar: gimnasio del colegio.

LUNES 4 DE ABRIL

15:30-16:30 Master Class de ZUMBA, a cargo de Ana Belén Albaladejo. Sólo tenéis que traer un aislante o una toalla y muchas ganas de participar. Lugar: gimnasio del colegio.

MARTES 5 DE ABRIL

16:00-17:15 Master Class de TBC a cargo de Óliver Mora. Monitor de actividades dirigidas. Sólo tenéis que traer un aislante o una toalla y muchas ganas de participar. Lugar: gimnasio del colegio.

MIÉRCOLES 6 DE ABRIL

16:00-17:15 Master Class de BODY COMBAT impartida por monitores de clases dirigidas del gimnasio VIVA GYM de Cartagena. Lugar: gimnasio del colegio.

JUEVES 7 DE ABRIL

16:00-17:15 CIRCUITO DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (Cardiotonic) impartida por Óliver Mora monitor de clases dirigidas. Lugar: gimnasio del colegio.

ACTIVIDADES EN FAMILIA PARA TODOS

El domingo 3 de abril el AMPA del cole ha organizado un SENDERISMO por CALA REONA-CALBLANQUE. El punto de reunión será en la playa de Cala Reona a las 10:00. AL finalizar nos iremos a comer a la Fuente de los Belones. La dificultad es baja, por lo que todo el mundo puede participar. ¡Os esperamos!