

**M**urcia  
**e**xtraescolar

# COCINA



**“Lo importante no es lo que se come, sino cómo se come.”**

Epicteto.

Esta actividad tiene como principal objetivo, introducir las actividades gastronómicas a través del “JUEGO DE COCINAR” en el entorno escolar, como una herramienta para potenciar una alimentación saludable.

- Una reflexión conjunta respecto a la relación directa entre alimentación y nutrición, y al papel que ellos mismos pueden jugar para alimentarse de manera saludable

Se trata de potenciar una actitud responsable hacia la propia alimentación.

- Introducir la importancia de conocer los alimentos también desde un punto de vista gastronómico, para aprender a valorar sabores y texturas diferentes y conocer las razones de los gustos y rechazos.



# PATINAJE

**"Solo hay dos tipos de patinadores: los que se van a caer y los que ya se han caído"**

El **patinaje** como **actividad deportiva** y lúdica ayuda al niño en su desarrollo social y motriz.

Aprendemos a caer, fortalecemos musculatura, mejoramos resistencia, respiración, coordinación...etc.

Es necesario realizar la actividad de patinaje con casco y protecciones: rodilleras, coderas y muñequeras con el fin de prevenir lesiones.

# MULTIDEPORTE



**"La dedicación y la ilusión van a estar por encima de todo"**

**Alberto Angulo**

El objetivo de esta actividad es conseguir que los niños/as a través del deporte, juego y diversión desarrollen una serie de habilidades como son los saltos, carreras, pases... etc. a la vez que fomentamos la sociabilidad del niño, el compañerismo y la competitividad sana.

Se aprenden a conocer movimientos "nuevos" de nuestro cuerpo: lateralidad, equilibrio....

En definitiva, es una gran actividad para empezar a conocer el deporte a través del ocio y las **actividades lúdicas predeportivas**, lo que nos ayudará a descubrir el deporte futuro de nuestros hijos/as.

La metodología es variada y muy flexible, depende de las condiciones individuales y de grupo.

# JARDÍN MUSICAL INFANTIL



En **Murcia Extraescolar** enseñamos música a niños de ed. Infantil en un ambiente divertido, positivo, afirmativo y creativo: queremos que los niños disfruten de la música. Las clases están diseñadas dentro de un entorno grupal único, para cautivar el interés y la imaginación del niño a través de actividades y juegos atractivos y apropiados para su edad lo que les motiva en su aprendizaje.

Dirigido a Ed. Infantil consideramos importantísima esta "ventana musical" ya que a esta edad los niños absorben la música como si absorbieran el lenguaje. Cuanto más joven es un niño cuando comienzan su educación musical, más musical será, **porque no te dejes engañar por toda la diversión; hay un aprendizaje serio pasando.**

Con la música se pretende que el niño y la niña disfruten de la actividad a la vez que fomenta su capacidad de expresión y comunicación. Al mismo tiempo irá conociendo, por medio de la música, las manifestaciones culturales y tradiciones de su entorno.