



PROYECTO EDUCATIVO PARA EL CEIP ZAMBRANA



DESSIRE FORNES CHAMIZO.

Arroyo Gragea 172
29130-Alhaurin de la Torre
Teléfono 603180573
Email bailacondessi@gmail.com

INTRODUCCIÓN:

“Baila con Dessí” es un centro deportivo, situado en Alhaurín de la Torre que abrió sus puertas por primera vez en Octubre del 2016. Un centro dirigido por **Dessirée Fornés Chamizo**, técnica deportiva con más de 20 años de experiencia, tanto en centros privados como públicos, con una larga trayectoria en disciplinas como Zumba, Pilates y Baile Moderno. Disciplinas que he impartido durante varios años en los Patronatos de Deportes de Coín y Alhaurín de la Torre, así como en otros centros privados en la ciudad de Málaga.

Desde hace un poco más de 7 años, decidí emprender el sueño de mi vida: **Tener mi propia Sala de baile y Sala Deportiva**. Y así nació en 2015 **“Baila con Dessí”**, con muchísimo trabajo, esfuerzo y sobre todo, mucha ilusión. Año tras año, hemos visto aumentar nuestras clases en las diferentes disciplinas y como día a día nuestros alumnos progresan y crecen individualmente.

En 2018 creé las disciplinas de **“BabyDance”** y **“KidsDance”**, las cuales tengo registradas oficialmente. Dos disciplinas dedicadas a inculcar la motivación y el interés por el Baile y las artes escénicas. La primera dedicada a los más pequeños, en la etapa de Educación Infantil, y la segunda dedicada a niñ@s en la etapa de Educación Primaria.

En el 2019 dimos el salto a los Centros Escolares, por ejemplo, en el Centro Educativo ISAAC PERAL, donde seguimos actualmente en horas extraescolares, impartiendo las disciplinas de **“BabyDance”** y **“KidsDance”**, llegando a tener hasta dos grupos de niñ@s en cada disciplina, más de 40 niñ@s. En la temporada 2021-2022 comenzamos nuestra aventura en Ceip Clara Campoamor, ha sido una magnífica experiencia, muy divertida y enriquecedora.

Pero queremos seguir creciendo, y poder llegar con nuestros Bailes y técnicas de crecimiento personal a muchos más niñ@s. Por esta razón presentamos con muchísima ilusión y con enorme responsabilidad, este bonito proyecto educativo para el CEIP ZAMBRANA, en el que además como novedad, queremos introducir la disciplina de **“YogaKids”** otra de las disciplinas que tanto éxito ha tenido en los tres últimos años en nuestro Centro Deportivo, y que durante el curso 2022-23 también hemos impartido en Ceip Clara Campoamor.

PROYECTO:

Para el próximo curso escolar 2023-2024 queremos presentar nuestra actividad “YogaKids” :

“YogaKids”

El yoga es una práctica muy extendida en muchos países orientales para todas las edades, poco a poco se está integrando más en nuestra sociedad, en ella se aprende a establecer una conexión entre el cuerpo, la mente, y la respiración. Es un proceso en el que a través del dominio del propio cuerpo se gana control progresivo sobre los procesos mentales y emocionales. Mediante el yoga, los niños y niñas ejercitarán su respiración y aprenderán a relajarse para hacer frente al estrés, a las situaciones conflictivas, la falta de concentración, a trabajar la empatía y el respeto hacia uno mismo y el resto de personas, etc ...

Objetivos:

- Aprender a respirar
- Fortalecer los músculos, obteniendo una mayor flexibilidad y equilibrio.
- Mejorar la concentración.
- Adquirir conciencia de su propio cuerpo, aprendiendo a reconocer cada parte de éste.
- Estimular su creatividad e imaginación.
- Aprender a relajarse para hacer frente al estrés y a situaciones conflictivas.
- Trabajar la concentración, la empatía, el respeto hacia uno mismo y el resto de personas.

Alumnado:

Esta disciplina es una actividad creada para niñ@s de ciclos de infantil y primaria (de 3 a 12 años), en grupos de un máximo de 18 alumnos.

Estructura de una Sección de “YogaKids”

1. Calentamiento: para activar el cuerpo y comenzar la sesión de una forma activa y divertida.
2. Asanas: En yoga las posturas se llaman Asanas. A través de cuentos, juegos interactivos y dinámicos, trabajaremos las diferentes posturas y técnicas de yoga.
3. Juegos: Juegos musicales, en los que trabajamos la gestión de emociones y la atención plena.
4. Relajación: Una pequeña relajación final para que l@s peques puedan tomarse unos minutos de tranquilidad total antes de terminar.

Monitora:

Esta disciplina es impartida por Srta. **SANDRA MORENO ROSALES**, DNI 26835943A.

- Profesora de Yoga en la infancia y adultos.
- Técnico Educación Infantil.
- Instructora de “YogaKids”, “BabyDance” y “KidsDance”.



PROPUESTA DE HORARIO

- YogaKids: Viernes de 16:00 a 17:00

Desde el 2 de Octubre del 2023 a 30 de Mayo del 2024.

El horario puede tener alguna variación dependiendo de la demanda.

INSTALACIONES NECESARIAS

Gimnasio.