

ANEXO 3

CURSOS Y TALLERES ORIENTADOS A LA ADQUISICIÓN DE CONOCIMIENTOS.

CREACIÓN LITERARIA

METODOLOGÍA. CONTENIDOS

El taller se realizará mediante una metodología activa, participativa y fundamentalmente práctica, complementada con aportaciones teóricas que contribuyan a la adquisición de conocimientos generales sobre la creación literaria.

Se intentará motivar al alumno/a al descubrimiento del mundo circundante y a la expresión y creación propia, invitándole a realizar ejercicios de imaginación, a proponer, relacionar, etc.

- Fundamentos de gramática y sintaxis
- Introducción a los géneros literarios
- Estructura, recursos y figuras
- Lectura de fragmentos de obras representativas
- La voz
- La historia
- La revisión

Taller dirigido a jóvenes y adultos de todas las edades.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:

Fotocopias

HISTORIA DEL ARTE

METODOLOGÍA. CONTENIDOS:

El programa se irá desarrollando a lo largo del curso con el planteamiento de diferentes tipos de actividades: presentación-motivación, para detectar las ideas y conocimientos previos, consolidación, desarrollo, síntesis-resumen, ampliación y evaluación.

Se buscará la participación activa de las asistentes, favorecida por la proyección de diapositivas y de material audiovisual dentro del aula y de visitas a museos y exposiciones fuera de la misma.

- Introducción
- Percepción y análisis de la obra
- Los estilos artísticos.
- Teoría y función del arte



Taller destinado a adultos

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:.

Proyector, pantalla y diapositivas.

DESPLAZAMIENTOS

Será realizada con autocar una visita al trimestre , para la cual habrá de aportar la empresa adjudicataria, un autocar para cada 2 grupos (autocar de máximo de 55 plazas) en un horario comprendido entre las 9.30 y 19.30 horas, siendo por cuenta de dicha empresa los gastos ocasionados por dicho transporte.

HISTORIA DE ESPAÑA

Se aprovecharán todos los medios disponibles para que la actividad se realice de una forma lúdica y participativa.

OBJETIVOS:

- Analizar el desarrollo y evolución histórica de España a distintos niveles: geográfico, demográfico, cultural, económico, educativo, etc.
- Contribuir a la formación del gusto personal, la capacidad de goce estético y el sentido crítico, y aprender a expresar sentimientos propios ante la contemplación de las obras de arte y de acontecimientos históricos
- Entender los acontecimientos históricos en su globalidad como exponentes de la evolución humana, que pueden ser valorados por sí mismos como documento testimonial de una época y cultura
- Conocer, disfrutar y valorar el patrimonio artístico
- Entender las obras de arte en su globalidad como exponentes de la creatividad humana, que pueden ser disfrutadas por sí mismas y también valoradas como documento testimonial de una época y cultura
- Comprender los cambios y la evolución de sus funciones sociales a lo largo de la historia
- Favorecer la interacción grupal

METODOLOGÍA:

El programa se irá desarrollando a lo largo del curso con el planteamiento de diferentes tipos de actividades: presentación-motivación, para detectar las ideas y conocimientos previos, consolidación, desarrollo, síntesis-resumen, ampliación y evaluación.

Se utilizarán estrategias didácticas expositivas, restringiéndolas a momentos clave del tratamiento de la unidad de programación, destacando: planteamientos panorámicos o introductorios del tema que se vaya a tratar, recapitulaciones periódicas y síntesis finales.



Se buscará la participación activa de las asistentes, favorecida por la proyección de diapositivas y de material audiovisual dentro del aula y de visitas a museos y exposiciones fuera de la misma.

El profesor realizará un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno/a:

CONTENIDOS:

- prehistoria
- historia antigua
- la romanización
- los visigodos
- el islam en la península
- el empuje cristiano
- las grandes conquistas territoriales
- la reconquista
- los reyes católicos
- el esplendor del imperio
- la decadencia
- la guerra de sucesión
- el despotismo ilustrado
- la guerra de la independencia
- el siglo xix
- el siglo xx

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a adultos.

MEDIOS Y RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS QUE HA DE APORTAR LA EMPRESA:

- Un proyector de diapositivas y una pantalla
- Material de diapositivas que incluyan las obras más importantes de los distintos períodos artísticos
- Un monitor de TV y un vídeo de VHS o DVD
- Cintas de vídeo y DVDs sobre las grandes épocas del Arte
- Fotocopias para los alumnos
- Material de oficina fungible
- Material docente del profesor

CURSOS DE IDIOMAS

INGLÉS

CONTENIDOS. METODOLOGÍA:

Pautas metodológicas:

- Práctica comunicativa



- Entrada y salida de información
- Estudio y memorización en el aprendizaje.

- A. Intenciones y actos del habla
- B. Contenidos fonético y gramatical.
- C. Contenido léxico.

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a adultos.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:

- Televideo, cintas de audio y cassette
- Fotocopias

CONOCER MADRID

COMUNIDAD AUTÓNOMA Y MADRID CAPITAL

CONTENIDOS. METODOLOGÍA

El programa se irá desarrollando a lo largo del curso con el planteamiento de diferentes tipos de actividades: presentación - motivación, para detectar las ideas y conocimientos previos, explicaciones en el aula, visitas por Madrid según los contenidos tratados en cada momento concreto.

Se utilizarán estrategias didácticas expositivas, restringiéndolas a momentos clave del tratamiento de la unidad de programación, destacando: planteamientos panorámicos del tema que se vaya a tratar, recapitulaciones periódicas y síntesis finales.

1. Movimientos artísticos madrileños
2. Historia de Madrid
3. Iglesias antiguas madrileñas
4. Leyendas de Madrid
5. Duendes, fantasmas y casas encantadas de Madrid
6. El rastro
7. Palacios madrileños
8. Fiestas tradicionales madrileñas

Taller dirigido a jóvenes y adultos de todas las edades.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.

Proyector, pantalla y diapositivas.

DESPLAZAMIENTOS PARA EL TALLER DE MADRID CAPITAL

Serán realizadas con autocar 1 visita al mes, para cada una de las cuales la empresa adjudicataria deberá aportar, un autocar de máximo de 55 plazas para cada dos grupos en su caso, en un horario comprendido entre las 9.30 y 14.30 horas.



DESPLAZAMIENTOS PARA EL TALLER DE CONOCER MADRID COMUNIDAD AUTÓNOMA

Serán realizadas con autocar 1 visita al mes, para cada una de las cuales la empresa adjudicataria deberá aportar un autocar con las plazas necesarias para el traslado de los alumnos de cada dos grupos (aprox. 45 alumnos) en su caso en un horario comprendido entre las 9.30 y 17,30 horas.

Siendo por cuenta de la empresa adjudicataria los gastos ocasionados por dichos transportes si bien los gastos derivados de la entrada a los destinos (museos, monumentos etc) serán de cuenta de los alumnos.

Cursos de idiomas:

INGLES INFANTIL

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA:

NIVEL I

La clase, mi casa, mi familia, mi cuerpo y la ropa, la calle, animales, frutas y verduras, transportes.

NIVEL II

El colegio, la familia, amigos, alimentos, mi cuerpo, juguetes, animales, hobbies.

MATERIALES:

Equipo de audio.
Televisión y dvd.

INGLES, FRANCES, ALEMAN Y CHINO ADULTOS

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA:

Intenciones y actos del habla.

Contacto social:

- Saludos.
- Presentaciones.
- Establecimiento de contacto social.
- Ofrecimiento y expresión de agradecimiento.
- Expresión de comprensión.
- Excusas.
- Deseos.
- Palabras vacías.

Influencia ejercida sobre los demás:

- Incitación.
- Mandato: afirmativo/ negativo.



- Consejos, advertencias.
- Petición.

Apreciación:

- *Apreciación intelectual:* aprobación, desaprobación, calificación, comparación, elección y preferencia, indiferencia, restricción, atenuación, grados de insistencia
- *Apreciación afectiva:* contrariedad, pesar, decepción, satisfacción, gratitud,...

MATERIALES:

Equipo de audio.
Televisión y dvd.

Curso informática general y aplicaciones informáticas

OFFICE, DISEÑO DE PAGINA WEB, ANIMACION POR ORDENADOR

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA:

Conocimiento teórico y práctico, tanto del sistema operativo Windows XP, como de las siguientes aplicaciones informáticas:

- Microsoft Word (procesador de textos).
- Microsoft Excel (Hoja de cálculo).
- Microsoft Access (Bases de datos).
- Power point (presentaciones)
- Correo electrónico en Internet (Microsoft out look)
- Manejo de Internet a nivel de usuario
- Programas informáticos adecuados (software con licencias para la animación por ordenador).

La metodología de trabajo será tanto teórica como práctica y relacionará el trabajo individual con el colectivo siguiendo el siguiente esquema:

1. Análisis de los conocimientos previos
2. Exposición teórica del contenido
3. Realización de ejemplos prácticos en grupo
4. Trabajos individuales sobre ejemplos prácticos
5. Revisión del trabajo a través de la puesta en común y comentarios y correcciones individuales
6. Repaso colectivo del contenido

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:

- Ordenadores de última generación (Pentium IV o superior) de pantalla plana, con conexión a Internet, debiendo haber un ordenador por alumno.
- Una impresora y un escáner
- Un cañón (proyector), una pantalla y un ordenador portátil para el profesor



PHOTOSHOP

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA:

- Introducción al tratamiento de imágenes.
- Tipos de imágenes:
 - Mapa de bits.
 - JPG.
 - TIF.
- Utilización de Photoshop para la Web.
 - Preparación de imágenes para la Web.
 - Creación de imágenes para la Web.
- Utilización de programas de entorno Photoshop.
 - Trabajo básico con el programa ImageReady.
 - Trabajo básico con el programa QuarXpress.

DESTINATARIO:

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:

- Un ordenador de última generación (Pentium IV o superior) de pantalla plana con conexión a Internet, debiendo haber un ordenador por alumno.
- Un escáner y una impresora
- Un ordenador portátil para el profesor y un proyector o cañón.

Cursos de gastronomía y dietética

COCINA

CONTENIDOS MÍNIMOS. METODOLOGÍA:

El taller se organiza en los siguientes módulos:

- **Técnicas de elaboración de los diferentes platos regionales, nacionales e internacionales**
 - Adobar
 - Blanquear
 - Cincelar
 - Condimentar
 - Dorar
 - Empanar
 - Escaldar
 - Emplatar
 - Emulsionar
 - Espumar / Desespumar
 - Estofar
 - Flambear



- Gratinar
- Macerar
- Reducir
- Rehidratar
- Tamizar
- **Recetas para desarrollar las diferentes técnicas:**
 - Adobar / Panceta Adobada
 - Blanquear / Arroz con tiras de calamar
 - Cincelar / Pimientos de piquillo rellenos de chipirón
 - Condimentar / Bechamel espesa para fritos
 - Dorar / Cordero asado con patatas panadera
 - Empanar / Fritos variados
 - Escaldar / Crema de habas
 - Emplatar / Bacalao a la vizcaína
 - Emulsionar / Salsa mahonesa
 - Espumar / Desespumar / Caldo de ave
 - Estofar / Revuelto de espinacas y champiñones
 - Flambear / Magret con salsa de miel y pimienta verde
 - Gratinar / Alcachofas gratinadas rellenas de setas y langostinos.
 - Macerar / Hojaldre de pera caliente con helado de caramelo
 - Reducir / Foie a la plancha con mermelada de zanahoria
 - Rehidratar / Alubias blancas con pimiento choricero
 - Tamizar / Merengue rosado.
- **Técnicas de cocción**
- **Técnicas de conservación de alimentos**
- **Utensilios de cocina**
- **Cocina internacional.**
 - Concepto
 - Cocinas Internacionales más importantes a nivel mundial
- **Características típicas de las diferentes cocinas internacionales:**
 - Española
 - Francesa
 - Italiana
 - Otras cocinas europeas
 - Asiática
 - Iberoamericana
 - Otras cocinas internacionales
- **Principales productos gastronómicos europeos**
- **La cocina europea después del descubrimiento**
- **Platos más representativos de la cocina internacional y sus técnicas de elaboración**
 - Musaka



- Rollito de primavera
- Cous-cous
- La cocina china y otras cocinas orientales

MATERIALES:

- Fotocopias de contenidos del taller (uno por alumno/a).
- Material audiovisual para la correcta impartición de los contenidos
- Una posible relación de material sería la siguiente:
 - Microondas
 - Nevera
 - Balanza y Medidor de Líquidos
 - Moldes
 - Cazuela de Barro
 - Sartenes
 - Paellera
 - Cucharas
 - Sopera
 - Bandeja
 - Fuentes
 - Platos
 - Boles de Cristal o Plástico
 - Tabla de Cortar
 - Rodillo
 - Embudo
 - Escurreverduras
 - Cazos
 - Colador
 - Abrelatas
 - Tenedores
 - Rallador
 - Tijeras
 - Espátulas
 - Cuchillos
 - Vestuario: Gorro, Delantales y guantes
 - Útiles de Limpieza
 - Olla

DESTINATARIOS:

Dirigido a jóvenes y adultos del Distrito quienes, sin formación en el campo de la gastronomía, están interesados en obtener unos conocimientos básicos de esta actividad creativa y profesional para poder disfrutarla en el ámbito personal.

RECURSOS MATERIALES A APORTAR POR LA EMPRESA:

Corresponderá a la empresa adjudicataria aportar todos aquellos materiales necesarios para el correcto desarrollo de la actividad incluyendo los alimentos.



ENOLOGÍA

CONTENIDOS MÍNIMOS. METODOLOGÍA:

El taller se organiza en los siguientes módulos:

- **Tipos de Uvas y concentrados**
 - El viñedo
 - Grado de madurez de las uvas para vinificación
 - Variedades de uva para vinificación
 - La vendimia
 - Conservación del mosto
- **Tratamientos de la uva**
 - Desraponado y estrujado
 - Escurrido
 - Contacto con los hollejos
 - Ajustes del ph
 - Cómo establecer el tiempo de contacto
 - El empleo de SO₂
 - Escurridores y prensas
 - La oxidación
 - Enzimas pectolíticas
 - Adiciones y correcciones al mosto
 - La podredumbre noble
 - La composición del mosto de uva
- **Fermentación y composición del vino**
 - Las levaduras
 - Inhibición de la actividad microbiana
 - Multiplicación de las levaduras durante la fermentación del mosto
 - Bioquímica de la fermentación
 - Composición del vino
- **La clarificación de los vinos**
 - Vinos blancos
 - Clarificación de vinos tintos
 - Clarificación y filtración
 - La filtración en la elaboración a pequeña escala
- **Estabilización**
 - Oxidación
 - Precipitados orgánicos e inorgánicos
 - Microbiología
- **Fermentaciones secundarias**
 - Fermentación maloláctica
 - Vinos de jerez de levaduras de flor
 - Champagne o vino espumoso
- **Crianza, embotellado y conservación**
- **Cata y análisis sensorial**
 - Evaluación del vino



- Sistemas de puntuación
- Términos descriptivos y análisis sensorial
- Las denominaciones de origen

MATERIALES:

- Fotocopias de contenidos del taller (uno por alumno/a).
- Material audiovisual para la correcta impartición de los contenidos.
- Cata vinos.
- 2 decantadores

DESTINATARIOS:

Dirigido a jóvenes y adultos del Distrito quienes, sin formación en el campo de la Enología, están interesados en obtener unos conocimientos básicos de esta actividad de gran interés cultural para poder disfrutarla en el ámbito personal.

RECURSOS MATERIALES A APORTAR POR LA EMPRESA:

Corresponderá a la empresa adjudicataria aportar todos aquellos materiales necesarios para el correcto desarrollo de la actividad incluyendo el vino necesario para las catas.

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

CONTENIDOS MÍNIMOS. METODOLOGÍA:

El taller se organiza en los siguientes 4 módulos:

- **Conceptos básicos en nutrición:**
- **Concepto de energía. Necesidades y transformación de la energía.**
- **Tipos de nutrientes: metabolismo, funciones y necesidades:**
 - Hidratos de Carbono
 - Lípidos
 - Proteínas
 - Vitaminas
 - Agua
 - Minerales
- **Determinación de las necesidades energéticas y nutricionales.**
- **Valor energético de los nutrientes.**
- **Clasificación de los alimentos.**
- **Componentes no nutritivos de los alimentos.**
- **Tablas de composición de alimentos: características y usos.**
- **Medidas antropométricas: instrumentos de medida y parámetros estudiados.**
- **Malos hábitos alimenticios. Mitos y realidades.**
- **Criterios de valoración del estado nutricional.**
- **La dieta equilibrada prudente o saludable.**
- **El desayuno saludable.**



- **Nuevos alimentos para nuevas necesidades. Alimentos funcionales.**
- **El agua en la alimentación**
- **La alergia a los alimentos**
- **El pescado en la dieta**
- **La dieta mediterránea**
- **Frutas y verduras: fuente de salud**

MATERIALES:

- Fotocopias de contenidos del taller (uno por alumno/a).
- Material audiovisual para la correcta impartición de los contenidos

DESTINATARIOS:

Dirigido a jóvenes y adultos del Distrito quienes, sin formación en el campo de la dietética y la nutrición, están interesados en obtener unos conocimientos básicos de esta actividad de gran interés.

RECURSOS MATERIALES A APORTAR POR LA EMPRESA:

Corresponderá a la empresa adjudicataria aportar todos aquellos materiales necesarios para el correcto desarrollo de la actividad.

CURSOS Y TALLERES ORIENTADOS A LA ADQUISICIÓN DE DESTREZAS**Cursos de artes aplicadas y manualidades:****Artes Plásticas:****PINTURA****CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.**

- Copia del natural en bodegones, escayolas y modelos:
- Ejercicios sobre gamas de colores y composición: pigmentos, mezcla con el aglutinante, etc.
- Salidas para toma de apuntes de distintos paisajes.
- Geometría del espacio (Iniciación a la Escultura).
- Relación de las expresiones técnicas fundamentales.
- Técnicas de Estampación.
- El color y los pigmentos.
- Aglutinantes y disolventes.
- Los fondos.
- Las técnicas pictóricas y el óleo, pastel, acuarela, temple, acrílico.

El curso comenzará con las bases elementales del dibujo para ir fomentando paulatinamente la creación individual.

Para ello, se irá conociendo la Historia del Arte en general y de la pintura en particular, que junto con el conocimiento práctico que el alumno irá adquiriendo al ejercitarse



sobre el papel y el lienzo y sobre la base de repetir, dibujos y colores hasta adquirir la soltura y conocimientos suficientes, como para sentirse capacitado para iniciar una trayectoria independiente del profesor, que le permitan crear de forma autónoma.

El profesor potenciará cada día la capacidad crítica en los alumnos sobre los trabajos realizados, a la par que corregirá y orientará la trayectoria de cada alumno y los conocimientos que se van adquiriendo.

El curso estará basado, principalmente, en el ejercicio práctico, complementado por nociones teóricas expuestas de forma clara y concisa.

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.

- Objetos para bodegones.
- Esculturas.
- Caballetes (uno por alumno).

PINTURA INFANTIL**CONTENIDOS. METODOLOGÍA.**

El curso será participativo, creativo y socializador, centrado en un ambiente lúdico introduciendo al niño/a en las artes plásticas a través de conocimientos prácticos-teóricos.

- Los contenidos son:
 - Colores
 - Juegos pictóricos
 - Expresión a través de los colores
 - Noción de los distintos tamaños

DESTINATARIOS:

Esta actividad va dirigida a personas de ambos sexos en edad infantil.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:

- Caballetes (uno por alumno).

GRABADOS**CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA:**

- El mordido de la plancha metálica.
- La impresión mecánica sobre superficie blanda.
- La impresión mecánica sobre superficie consistente.
- Estampación.
- Sellos.



- Grabado sobre materiales alternativos.
- Introducción a otras técnicas: xilografía...

MATERIALES:

- Tórculo o prensa de grabado, el cobre, zinc, latón, ácidos.

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito

Artesanía:

CERÁMICA

CONTENIDOS. METODOLOGÍA

1. Introducción a la cerámica y el fuego
2. Preparación de la arcilla
3. La forma modelando a mano y con torno
4. Técnicas decorativas

Este curso permitirá adquirir un relativo dominio en el arte figulino así como obtener los siguientes conocimientos

- Conocimientos teóricos sobre el barro, distintos procedimientos o expresiones técnicas en modelado y decorativas
- Conocer la historia de la cerámica y el modelado a lo largo de los tiempos
- Aprender la noción de la perspectiva, luz y sombra
- Conocer el color, tipos y armonía entre ellos

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.

Tornos eléctricos, rodillos de madera, baldes de plástico para el barro y barro.

ESCULTURA

CONTENIDOS. METODOLOGÍA

Los alumnos/as adquirirán un relativo dominio en el arte escultórico, adquiriendo conocimientos teóricos sobre el barro, distintas técnicas de modelado y conocimientos de historia de la escultura.

1. Introducción a la escultura y modelado
2. Bocetos, armaduras y herramientas
3. Herramientas
4. Preparación de la arcilla
5. Confección de moldes



6. Relieves y bulto redondo.

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.

Peanas

TELARES

CONTENIDOS. METODOLOGÍA

1. Introducción al tejido
2. Accesorios del telar
3. Hilado, bastidor, accesorios
4. Procesos previos al tejido y su desarrollo
5. Puntos básicos
6. Diseño bidimensional para gobelino
7. Problemas frecuentes en el tejido y sus soluciones

Se pretenderá lograr un clima cálido y de confianza, de manera que los participantes puedan experimentar las distintas técnicas del TAPIZ y el TELAR, de forma personal e individualizada.

Taller dirigido a jóvenes y adultos

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.

Los materiales serán aportados por los alumnos.

RESTAURACIÓN

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.

- Reconocimiento de la obra a restaurar.
- Limpieza y tratamiento de maderas.
- Técnicas básicas de restauración y acabado.
- Técnicas de terminación.
- Prácticas de tapizado.
- Prácticas de pintura decorativa.

Los alumnos irán aplicando las diferentes técnicas de restauración en muebles y objetos que aportarán los propios alumnos/as.

Las clases serán participativas, creativas y socializadoras, por ello, se deben proponer a lo largo del curso salidas a exposiciones de muebles, antigüedades, etc.

El curso alternará el conocimiento teórico con el práctico centrando el interés en este último.

Se trabaja sobre muebles y objetos que aportan los propios alumnos.

**DESTINATARIOS:**

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS. MATERIALES MINIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:

- Bancos de carpintero con dos brazos cada uno o mesas largas con cierto peso para que no se muevan a una altura media adecuada para poder trabajar de pie.
- Gatos de apriete de tamaños varios y buena calidad.
- Martillos de carpintero.
- Mazos de madera.
- Cepillos de metal.
- Formones de tamaños varios.
- Escofinas.
- Limas.
- Cuchillas de ebanista.
- Escuadras de metal.
- Falsa escuadra.
- Sierras de precisión.
- Serruchos de costilla de tamaño mediano.
- Sierras de carpintero.
- Destornilladores de pala grande, mediana y pequeña.
- Juego de destornilladores de estrella.
- Tenazas medianas.
- Patas de cabra.
- Martillos de tapicero.
- Grapadora para tapizado.
- Taladradora.
- Juego de brocas para madera.
- Pistola de calor.
- Infernillos.
- Espigas de madera de varios tamaños.
- Clavos de varios tamaños.
- Puntas de ebanista.
- Tachuelas para Tapizado.
- Grapas para tapizado.
- Ligas para madera de varios granos.
- Lana de acero del número 1, 000,0.
- Hilo de algodón.
- Trapos.
- Botes de cristal o latas.
- Cepillos de fibra vegetal.
- Disolventes (alcohol de 96º, aguarrás, quitapinturas, amoníaco, disolvente hidrocelulósico, dinetil, tricloroelitenio, etc.).
- Desinsectantes (Xylanon, Paradiclorobenzano).
- Consolidantes (Paraloid B.72).
- Estucos (Pasta de madera, cera, etc.).
- Barnices y lacas.



- Tintes naturales y sintéticos.
- Ceras.

ENCAJE DE BOLILLOS

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA:

- Los contenidos tienen un marcado carácter teórico-práctico:
 - Puntos de España.
 - Puntas.
 - Populares.
 - Torchón.
 - Punto entero o lienzo.
 - Medio punto.
 - Trenzas.
 - Punto de rejilla.
 - Punto de la virgen.
 - Araña o milanos.
 - Baguillas.
 - Puntilla con pie entredoses.
 - Puntos de París.
 - Filigranas.
 - Guipires.

En todo momento, el proceso metodológico, será dinámico en el sentido de que las constantes adaptaciones en los contenidos, secuenciación de las actividades, grado de dificultad, ritmo, etc., es un factor que constantemente se mantiene en la actividad.

Se pretende que el curso esté basado principalmente en el ejercicio práctico complementado por nociones teóricas expuestas de forma clara y concisa.

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.

Los materiales serán aportados por los alumnos.

CORTE Y CONFECCIÓN, PATCHWORK

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.

- Patronaje.
- Confección a máquina.
- Coser a mano.
- Cortar con precisión.
- Aprender el uso de la plancha.
- Materiales de textil, artículos de mercería, etc.
- Tejidos y sus aplicaciones.



- Técnicas de confección a medida e industrial.

El curso alternará el conocimiento teórico con el práctico, para ello.

Se procederá a realizar un compendio entre diferentes métodos de alta costura, confección industrial, etc.

Cada alumno dispondrá de una carpeta, que el mismo irá elaborando, con un dibujo y patrón a escala de cada modelo.

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:.

- Utensilios propios de corte y confección.
- 2 máquinas de coser.
- 1 tabla de planchar.
- 1 plancha.

MANUALIDADES

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.

El contenido del programa para el taller de manualidades estará formado, al menos, por los siguientes talleres:

- Taller de decoración de escayola.
 - Taller de decoración de madera.
 - Taller de miga de pan.
 - Taller de papel maché.
 - Taller de pintura de iconos.
 - Taller de repujado de estaño y plata.
 - Taller de tercera dimensión.
-
- Enumeración y presentación de los materiales precisos para el desarrollo de la técnica.
 - Explicación teórica del proceso completo de la técnica, destacando los problemas más frecuentes.
 - Explicación práctica de cómo hacer bocetos para crear formas propias, desarrollando la imaginación.
 - Seguimiento personalizado del trabajo del alumno, corrigiendo, orientando y ayudando en el desarrollo del propio trabajo.

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.



RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA..

La inmensa mayoría del material es aportado por los alumnos, por ser de uso personal.

TALLER DE DECORACIÓN

El contenido del programa para el taller de manualidades podrá estar formado, al menos por las siguientes actividades incluidas las de temática navideña:

Decoración de bolas navideñas, decoración de madera, realización de adornos para el árbol navideño (ya sea de miga de pan., papel maché), de belenes napolitanos, realización de centros de mesa navideños (velas, flores, piñas...) y adornos para puertas y ventanas.

- Enumeración y presentación de los materiales precisos para el desarrollo de la técnica.
- Explicación teórica del proceso completo de la técnica, destacando los problemas más frecuentes.
- Explicación práctica de cómo hacer bocetos para crear formas propias, desarrollando la imaginación.
- Seguimiento personalizado del trabajo del alumno, corrigiendo, orientando y ayudando en el desarrollo del propio trabajo.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA

La inmensa mayoría del material es aportado por los alumnos, por ser de uso personal, si bien las pinturas para la decoración de los elementos que se elaboren deberán ser aportadas por la empresa adjudicataria.

MONITORES: serán necesarios 1 monitor que deberán tener la formación específica en la actividad que se imparta y en aquellos casos donde no exista titulación específica, se valorará experiencia docente de un mínimo de 6 meses.

DESTINATARIOS: jóvenes y adultos

NÚMERO MÁXIMO DE ALUMNOS: 20

Curso de Música

GUIARRA

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA:.

- El sonido. Definición.
- Elementos: Altura, intensidad, timbre, duración.
- Conceptos básicos de solfeo: pentagrama, notas, claves, figuras rítmicas, nombre de las notas musicales, valor de las figuras musicales, el puntillo, teoría del compás, los ligados, el arrastre, el mordente,...
- Normas básicas de escritura musical.



- Intervalos, tonos, alteraciones.
- Ritmo: compás, acento.
- Ejercicios de composición.
- Afinación de la guitarra.
- Estructura básica de la guitarra: el mango, la caja armónica.
- Cuidados básicos de la guitarra.
- Mantenimiento de la guitarra.
- Digitación.
- Acompañamientos: Rasgueado, punteado (melodías, arpeggios).
- Partitura: lectura e interpretación.
- Repertorio de piezas y canciones

El desarrollo de los contenidos de dicho programa a lo largo del curso, se realizará mediante una metodología activa, participativa y fundamentalmente práctica.

Se pretenderá lograr un clima cálido y de confianza, de manera que los participantes puedan detectar y experimentar libremente los beneficios de la música, de forma personal e individualizada, para el logro eficaz de los objetivos propuestos.

Cada sesión se compondrá de:

- Presentación del nuevo contenido.
- Investigación / búsqueda de respuestas.
- Ejercicios prácticos.
- Conclusiones.
- Aplicación a la práctica instrumental.

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:

- Atriles de pie (uno por alumno).

Cursos y talleres de artes escénicas y audiovisuales:

Fotografía:

FOTOGRAFÍA

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA:

- El fotógrafo.
- La cámara.
- Obtener la exposición correcta.
- Uso creativo del color.
- El arte del retrato.
- El paisaje natural.
- Animales y plantas.



- Técnicas básicas para fotografía de acción.
- Accesorios para efectos especiales.
- Condiciones especiales.
- Iluminación de estudio.
- El laboratorio casero.
- Cómo ordenar el material.

El desarrollo de los contenidos de dicho programa, a lo largo del curso, se realizará mediante una metodología activa, participativa y fundamentalmente práctica.

El profesor iniciará las sesiones con explicaciones que fundamenten la práctica y seguidamente se pasará a practicar directamente en el laboratorio.

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:..

- Un aula-laboratorio que disponga de los materiales adecuados para una práctica eficaz de la FOTOGRAFÍA sin entradas de luz y con luz iniciática roja o amarilla.
- Probetas graduadas.
- Tanque de revelado.
- Reloj.
- Espiral.
- Pinzas.
- Tijeras.
- Recipientes para soluciones químicas.
- Termómetro de laboratorio.
- Marginador.
- Cubetas.
- Embudo.
- Juego de filtros de acetato de 3" x 3".
- Unidad con termostato.

CURSOS Y TALLERES ORIENTADOS A LA ACTIVIDAD CORPORAL

Cursos de baile y danza:

DANZAS URBANAS

El Taller de Danzas Urbanas consta de los siguientes cursos monográficos:

- Danza moderna
- Hip Hop y Funky
- Breakdance



DANZA MODERNA

NATURALEZA DEL PROGRAMA

El taller de Danza Moderna surge como una reacción a las formas del Ballet clásico y probablemente como una necesidad de expresarse más libremente con el cuerpo.

Si bien la danza moderna continúa basándose en el ballet, del que mantiene formas específicas, le agrega otro sentimiento, considerando de manera diferente al cuerpo del bailarín. Ampliando el rango de movimiento, se comenzó a bailar con los pies descalzos, con vestuarios diferentes y utilizando el espacio con mayores posibilidades.

OBJETIVOS:

- Desarrollar conocimientos técnicos a nivel físico
- Desarrollar la capacidad de ritmo y control
- Fomentar la expresividad y creatividad corporal
- Desarrollar la capacidad perceptiva y la noción espacio-temporal.
- Tomar conciencia del ritmo y la coordinación.
- Fomentar la improvisación y espontaneidad sobre la base de lo aprendido.

CONTENIDOS:

Preparación muscular:

Calentamiento: Es necesario al principio de cada clase para preparar paulatinamente el físico, para asimilar las nuevas enseñanzas, para aumentar la elasticidad y endurecer el músculo, para concentrarse en la labor a realizar y despojarse de movimientos, sensaciones y usos cotidianos. El calentamiento de los músculos de piernas, tronco, hombros, omoplatos, brazos, y cuello, se realizará mediante relajación y movimientos de locomoción.

La postura: Es la resultante de dos fuerzas (La gravedad de nuestro peso y la necesidad de proyección hacia fuera). Consiste en elevar los músculos y centrar el peso del cuerpo tomando una apariencia natural, una postura neutra y alerta para responder a cualquier estímulo.

Flexiones de rodillas: Es necesario insistir en diferentes ejercicios de flexión de rodillas en todas las posiciones (1º, 2º, 3º, y 4º, abiertas y cerradas) independizando el tronco. Existen tres tipos de flexión: ligera (aflojamiento), mediana (semiflexión) y profunda (gran flexión). Son necesarias para amortiguar la caída después de un salto, darle impulso a éste o a la elevación de talón.

Inclinación de tronco: Para la colocación de la columna y el sentido de dirección y ubicación del cuerpo. Se realizarán inclinaciones hacia delante, costado y atrás, mientras las piernas forman un eje combinando flexiones, extensiones en todas las posiciones, vibraciones, oscilaciones, rotaciones y elevaciones de piernas en todas direcciones.



Extensiones y elevaciones de piernas: Es necesario sensibilizar el pie y disociar el tronco. Se realizarán tendus, dégagés, cloche, developpé, frappé, y gran batteman.

Tensión: Es la resultante del uso que hacemos de la energía proyectada contra una resistencia. Esta resistencia es ocasionada por el propio peso del cuerpo. Como orígenes de tensión, señalaremos los siguientes:

- Por extensión: Estirar las diferentes partes del cuerpo para extender líneas trazadas de una parte a otra.
- Por contracción: Para curvar una línea producida por extensión.
- La contracción nace en la zona diafragmática como consecuencia de la exhalación del aire, pero puede trasladarse y aumentar su radio de acción, convirtiéndose en el origen del movimiento.
- Por oposición de energías: Cuando el movimiento de una parte del cuerpo es interrumpido en su desarrollo por otra parte que no cede o bien que se mueve en sentido contrario. Son ejercicios de alto contenido expresivo y que nos enseñan a trabajar con resistencia.
- Por rotación: Movimiento que realiza una parte del cuerpo girando sobre su eje o articulación. Se insistirá en la rotación del tronco, de cadera a cabeza, para dar fuerza y resistencia a este.
- Por sostener una parte del cuerpo relajada.

Relajación: Incorporar la relajación a la danza supone aprovechar las leyes de la naturaleza, esto produce una mezcla de dinámicas mediante la cual podremos expresar lo humano y todo su mundo. Hay diferentes formas de conseguir relajación, al principio la más apropiada es el aflojamiento producido por el abandono de una tensión. Este siempre provocará un movimiento contrario a la tensión, una liberación.

Otra forma más avanzada, es la relajación por concentración. Esta es necesaria para:

- Conseguir con un esfuerzo mínimo, un rendimiento máximo.
- Evitar pequeños movimientos y tensiones involuntarias, logrando así nitidez y limpieza del movimiento.
- Expresivamente, respuesta rápida ante el menor estímulo.

Otra manera, es la relajación por juego de la gravedad, por balanceos: El movimiento de vaivén continuo y expansivo, produce un equilibrio por compensaciones.

Flexibilidad: Es una de las cualidades principales de la danza, todo el vocabulario de ésta se apoya en la flexibilidad:

Flexiones de cintura, elevaciones de piernas, saltos, plasticidad de movimientos, etc. Por lo que es necesario desarrollarla y conservarla mediante ejercicios para este fin.

Fuerza y resistencia: Además de la ligereza y la flexibilidad, también es necesario el factor de la fuerza. Fortalecer los músculos abdominales, los glúteos, músculos dorsales, rodillas y tobillos, para poder mantener una posición determinada y pasar de unos movimientos a otros sin derrumbamientos.



Equilibrio: Además de utilizar la gravedad para mantener la verticalidad, produciendo un equilibrio estático, también se utilizará de una forma natural, en un permanente juego con la inestabilidad, venciendo la gravedad en un momento para caer después. Pérdida momentánea y posterior recuperación del equilibrio.

Giros: El giro es una parte esencial de la danza. Existen diversos tipos, ya sean piruetas, deboulées, etc.:

- Alrededor de un eje vertical,
- Por relajación,
- Por impulso, con o sin balanceo,
- Por contracción, delante, costado y atrás,
- En dehors,
- En dedans,
- En media punta,
- A pie plano.

Saltos: Los más estudiados son: Sissau, ensemble, jetté, glissade, changement, royal, sobresau y echappé.

Todos se pueden ejecutar en el lugar, o desplazándose en todas direcciones, diagonales, y giros. Acentuando el movimiento en la caída, o hacia lo alto.

Durante el salto, las piernas pueden realizar diversos movimientos: Flexión, extensión, elevación, y descenso, aducción y abducción, circunducción y rotación. El dorso y la pelvis pueden realizar deslizamientos, rotaciones y contracciones.

Es necesario mantener la correcta respiración para relajar el tronco, por lo tanto hay que mantener ceñido el abdomen y amplio el pecho.

Caídas: Son elementos con fuerte lenguaje ya que consisten en pérdida repentina de energía y rápida recuperación. Pueden ser de origen diverso.

Localización y Coordinación: La localización es el primer paso hacia la coordinación y disociación de los movimientos. Es imprescindible para la seguridad, libertad y riqueza expresiva. Una de las formas de conseguirla, es comenzando por movilizar una pequeña zona del cuerpo aplicando al mismo tiempo la oposición de otra energía, esto obliga a un esfuerzo muscular que luego se podrá reconstruir sin el obstáculo material, pero con igual intensidad. Se efectuarán ejercicios de localización en las articulaciones, realizándose al principio de forma aislada y después agrupados en pequeñas secuencias con simples diseños rítmicos.

Se disociará cada centro motor y se coordinará después movimientos de varios centros motores, a la vez y con diferentes ritmos:

- Circunducciones de muñeca, codo y hombro,
- Circunducciones de tobillo, rodilla y cadera,
- Circunducciones de cabeza, cintura y todo el tronco,
- Movimientos de brazos, uno hacia un lado y otro al contrario,
- Combinar movimientos de tronco y brazos con pasos en todas direcciones,
- Combinar con saltos, giros y caídas.

Desplazamientos:

El espacio en danza moderna es un elemento expresivo vital, el bailarín debe trazar en este diseños perfectos, por lo que el alumno deberá:

- Agudizar el concepto "dirección" a partir de su propio cuerpo, prescindiendo del lugar en que se halle,
- Aprender a tener precisión en los giros en los giros: uno completo, medio, cuarto, octavo.
- Marchar y bailar hacia delante, atrás, costado, en círculo, en elipse, en figura de ocho y en diagonal.

Contenidos en el apartado "**Técnica rítmica**":

Interiorización del ritmo:

- La respiración: Conocer y mejorar la respiración como ritmo interior y como origen del movimiento. Este aprendizaje se hará tanto con ejercicios de relajación por respiración, como incorporando la respiración correcta a todos los ejercicios efectuados a lo largo de las clases, incluyendo saltos, giros y diagonales bailadas
- Asimilación de esquemas rítmicos a través del movimiento.
- Exteriorización del ritmo: Disociación a través del movimiento de ritmo y melodía.

Contenidos en el apartado "**Técnica expresiva**":

Movimientos de calidades variadas:

Movimiento ligado: Aquel que no presenta cortes en su desarrollo y que muestra una gran fluidez, es decir carente de tensión.

-
- Movimiento cortado: Aquel que se detiene en una parte del recorrido, y allí permanece en una pausa de igual o mayor duración que el movimiento.
-
- Movimiento picado: Aquel que combina una energía suave con una repentina y corta crispación. De ritmo lento y rápido y también repetitivo rápido.
- Movimiento sostenido: Aquel en el que se usa siempre la misma energía pero ésta es tensa, bien por concitención o por gran esfuerzo. De ritmo lento.
- Movimiento marcado: Aquel que tiene un marcado acento final.

Sensaciones y movimiento:

- Sensaciones térmicas: Tibieza (movimientos suaves, ondulados, recogidos y con más flexiones que estiramientos), frío (movimientos rápidos, tensos, pequeños y con contracciones, flexiones de codos y rodillas cerradas contra el cuerpo), calor (movimientos lentos, amplios, pesados, relajados y despegados del centro del



cuerpo), frescor (movimientos rápidos, angulosos, chicos, alternados con otros grandes y de ritmo variado).

- Sensaciones físicas: Dolor (movimientos hacia el centro, rápidos y seguidos de pausa o muy lentos), bienestar (movimientos hacia fuera y hacia dentro, sinuosos, en tiempo moderado con medianos contrastes entre rápidos y lentos), cansancio (movimientos lentos con poca energía y caídas), opresión (movimientos desordenados, bruscos, breves, crispados y proyectados hacia arriba y hacia fuera), liviandad (movimientos amplios y ligados de brazos, saltos grandes y pequeños).
- Sensaciones fantásticas: Sentirse muy grande es un mundo muy pequeño y a la inversa, sentirse mecanizado por movimientos cortados, rígidos y mecanizados, sentirse gelatinosos por movimientos lentos y abiertos que toman velocidad y amplitud, volatilizarse por movimientos lentos ligados y suspendidos.
- Sensaciones auditivas: Chirrido (contracciones), repiqueteo movimientos rápido, monótono y alterno con pausas), tintineo (movimientos leves, articulares, libres y hacia arriba), cuchicheo (movimientos rápidos, pequeños y de ritmo variable), estallido (movimientos grandes con acento inicial y expansión con tensión creciente) etc.
- Sensaciones táctiles: Aspereza, igual al chirrido; suavidad, igual a la tibieza; lo pringoso, movimientos retractiles y despegados del centro.
- Sensaciones olfativas: El perfume, igual al bienestar; olor desagradable, igual al chirrido.
- Sensaciones gustativas: Dulce, igual a la tibieza y a la suavidad; amargo, igual al dolor; ácido, igual al frescor; agrio, igual al chirrido y al mal olor; salado, igual al cuchicheo.

Sentimientos y movimientos:

Al igual que las sensaciones, que he tratado más concretamente a modo de ejemplo, sentimientos y estados anímicos obedecen a clímax, actitudes y movimientos diferentes. Familiarizarse en la clase con este tipo de trabajo, mejora la capacidad de interpretación y creación. Se evocarán estados de ánimo que permitan crear movimientos de un tipo especial, que luego serán elaborados en danzas: Vergüenzas, abatimiento, altivez, desconfianza, enfado, miedo, temeridad, ternura, etc...

Improvisación:

Es el mejor medio para conocer las cualidades creativas y físicas del alumno, ya que cuando este ha superado su inhibición, se entrega a ella utilizándola como tubo de escape y canalizando todos sus sentimientos y sensaciones a través de él. Ahora bien, la inhibición a la hora de improvisar, aparece en adolescentes y adultos. Por lo que hay



que conducir a los alumnos en forma progresiva, dándoles al principio un mínimo de libertad, de tal modo que el alumno sienta que su aporte es ínfimo y que por lo tanto la responsabilidad recae sobre el profesor. Así, llegaremos a la improvisación progresiva partiendo de un principio rítmico o expresivo y que, además, será condicionado, aunque cada vez en menor medida, haciendo entrar en contacto al alumno con el verdadero lenguaje de la danza, en el que se mezclan distintos ritmos, espacios y grados de energía.

METODOLOGÍA:

- Calentamiento.
- Ejercicios técnicos en la barra o en el suelo, (se señalarán unos días para la técnica de barra y otros para la de suelo).
- Ejercicios de coordinación.
- Desplazamientos, (bailados).
- Ejercicios de relajación y de reajuste corporal, para terminar la clase relajados y colocados.
- Las improvisaciones se introducirán al principio mediante ejercicios sobre movimientos de calidades diferentes, sensaciones y sentimientos, mezclados con los desplazamientos. Para más tarde y progresivamente, dedicarles más tiempo y de vez en cuando gran parte de la clase.

DESTINATARIOS:

Dirigido a jóvenes entre 14 y 25 años

MATERIALES QUE HA DE APORTAR LA EMPRESA

Para un correcto desarrollo de la actividad se hace necesario en unos casos e imprescindible en otros las siguientes condiciones y materiales:

- Equipo de sonido con altavoces distribuidos por el espacio de manera que permita una escucha homogénea en todos los lugares y suficiente.

HIP-HOP Y FUNKY

NATURALEZA DEL PROGRAMA

El curso de HIP-HOP tiene el movimiento como aspecto común: el baile, la terapia y movilización manual, la actividad física, etc. El movimiento, ofrecido como un servicio para mejorar la salud de las personas que nos rodean, es algo que ya se percibe como una manera de poder vivir mejor.

El curso de funky tiene el movimiento como aspecto común: el baile, la terapia y movilización manual, la actividad física, etc.

El movimiento, ofrecido como un servicio para mejorar la salud de las personas que nos rodean, es algo que ya se percibe como una manera de poder vivir mejor.

OBJETIVOS:



- Conseguir una formación física
- Mejorar la condición cardio-pulmonar y el control de la respiración
- Desarrollar la coordinación psicomotriz
- Fomentar la capacidad de esfuerzo físico
- Desarrollar la secuenciación rítmica y tiempo de reacción (“entrar a tiempo” en la música sin perderse en el ritmo)
- Aprender distintas coreografías
- Fomentar la participación y la interacción en el grupo
- Desarrollar las habilidades motrices gruesas
- Aceptar y tolerar las diferencias individuales en forma física, edad o belleza plástica con naturalidad
- Disfrutar con el ejercicio y la música

METODOLOGÍA:

Se considera el trabajo grupal como eje del proceso de aprendizaje, de forma que se promueva su interés y motivación, mediante la adecuada selección de los contenidos, ritmos y niveles de cada grupo y de cada individuo.

Entender el papel del monitor/profesor/animador como guía del aprendizaje, proporcionando instrumentos y recursos que orienten la actividad sin coartar o sustituir el propio proceso del grupo.

Por ello, cada grupo participará activamente y mayoritariamente en el diseño del taller.

Los profesores realizarán un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno/a.

Las clases comenzarán con un calentamiento de diez o quince minutos para pasar a continuación al aprendizaje y desarrollo de las coreografías. La tercera parte de cada sesión se dedicará a ejercicios de elasticidad, fortalecimiento integral del cuerpo y aprendizaje de técnicas de relajación y respiración.

Cada trimestre serán aprendidas y desarrolladas hasta una correcta ejecución dos coreografías. Cada paso será enseñado descompuesto en sus partes más sencillas y poniendo especial atención en la correcta respiración que lo acompaña, así como a su ejecución rítmica, que necesita acompañarse con el ritmo cardíaco en las tres fases diferentes del ejercicio completo.

CONTENIDOS

- Introducción al funk y hip-hop. Orígenes, historia y evolución
- Música. Estructura rítmica
- Pasos básicos. Diferencias entre los pasos de funk y hip hop
 - Get funky
 - Freekydeeky
 - Jungle freak
 - Chill Factor
 - Hold your horses
 - Contac



- Radar love

- Calentamiento de los diferentes grupos musculares
- Progresiones, desplazamientos y cambios de ritmo en las coreografías. Diagonales, saltos y giros. Transiciones
- Métodos coreográficos: método direccional, de combinación y de inversión
- Terminología básica
- Tiempo y ritmo
- Expresión Corporal
- Coreografías
- Ejercicios de elasticidad
- Ejercicios de fortalecimiento integral
- Ejercicios de equilibrio
- Principales movimientos o pasos

DESTINATARIOS:

Dirigido a jóvenes entre 14 y 25 años

MATERIALES QUE HA DE APORTAR LA EMPRESA:

Para un correcto desarrollo de la actividad se hace necesario en unos casos e imprescindible en otros las siguientes condiciones y materiales:

- Equipo de sonido con altavoces distribuidos por el espacio de manera que permita una escucha homogénea en todos los lugares y suficiente.

BREAKDANCE

NATURALEZA DEL PROGRAMA

El breakdance apareció por primera vez como forma de baile en los suburbios del Bronx a principios de los años setenta. Su origen se sitúa en el tema Get on the good foot de James Brown, que solía bailar moviendo los pies vertiginosamente y girando el cuerpo. Pronto, los jóvenes -sobre todo, inmigrantes- comenzaron a imitarle y crearon una serie de movimientos casi acrobáticos muy influenciados por antiguos rituales africanos, danzas tribales donde se enfrentaban dos hombres dentro de un círculo.

También recoge movimientos de antiguas artes marciales brasileñas como la capoeira, un simulacro de lucha que surgió entre los esclavos, a los que les estaba prohibido pelear. Con el tiempo, el breakdance se integró plenamente en la cultura hip hop y perfeccionó el concepto de batalla de sus orígenes.

Así, el objetivo de esta disciplina es vencer al oponente desarrollando acrobacias más ingeniosas y rápidas. Durante años, fue un baile clandestino, ligado a la comunidad negra estadounidense, hasta que, a finales de los setenta, los portorriqueños se incorporaron a esta corriente y extendieron el fenómeno bboyin', que, ya en los ochenta, llegó a Europa y arrasó.



Aunque mucha gente piensa que el breakdance pasó hace mucho tiempo a mejor vida, y sigue identificándolo con los concursos del programa Tocata, los cordones gordos fosforitos y con la pareja Turbina-Ozono, lo cierto es que este baile, que viene a ser la representación física y móvil del movimiento hip hop, ha sufrido en los últimos años una recuperación extraordinaria.

OBJETIVOS:

- Conseguir una formación física
- Mejorar la condición cardio-pulmonar y el control de la respiración
- Desarrollar la coordinación psicomotriz
- Fomentar la capacidad de esfuerzo físico
- Desarrollar la secuenciación rítmica y tiempo de reacción (“entrar a tiempo” en la música sin perderse en el ritmo)
- Aprender distintas coreografías
- Fomentar la participación y la interacción en el grupo
- Desarrollar las habilidades motrices gruesas
- Aceptar y tolerar las diferencias individuales en forma física, edad o belleza plástica con naturalidad
- Disfrutar con el ejercicio y la música

METODOLOGÍA

Se considera el trabajo grupal como eje del proceso de aprendizaje, de forma que se promueva su interés y motivación, mediante la adecuada selección de los contenidos, ritmos y niveles de cada grupo y de cada individuo.

Entender el papel del monitor/profesor/animador como guía del aprendizaje, proporcionando instrumentos y recursos que orienten la actividad de breakdance sin coartar o sustituir el propio proceso del grupo.

Por ello, cada grupo participará activamente y mayoritariamente en el diseño del taller.

Los profesores realizarán un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno/a.

Las clases comenzarán con un calentamiento de diez o quince minutos para pasar a continuación al aprendizaje y desarrollo de las coreografías. La tercera parte de cada sesión se dedicará a ejercicios de elasticidad, fortalecimiento integral del cuerpo y aprendizaje de técnicas de relajación y respiración.

Cada trimestre serán aprendidas y desarrolladas hasta una correcta ejecución dos coreografías. Cada paso será enseñado descompuesto en sus partes más sencillas y poniendo especial atención en la correcta respiración que lo acompaña, así como a su ejecución rítmica, que necesita acompañarse con el ritmo cardíaco en las tres fases diferentes del ejercicio completo.

CONTENIDOS:

- Calentamiento de los diferentes grupos musculares
- Terminología básica



- Tiempo y ritmo
- Expresión Corporal
- Coreografías
- Ejercicios de elasticidad
- Ejercicios de fortalecimiento integral
- Ejercicios de equilibrio
- Principales movimientos o pasos
- Estilo :uprock, toprock, downrock, freezes
- Powermove (acrobacias)
- Popping (ondulaciones)

DESTINATARIOS:

Dirigido a jóvenes entre 14 y 25 años

MATERIALES QUE HA DE APORTAR LA EMPRESA:

Para un correcto desarrollo de la actividad de breakdance se hace necesario en unos casos e imprescindible en otros las siguientes condiciones y materiales:

- Equipo de sonido con altavoces distribuidos por el espacio de manera que permita una escucha homogénea en todos los lugares y suficiente.
- Micrófono inalámbrico con equipo de alimentación para una correcta audición de las explicaciones del profesor, para los momentos en los que la música de base no puede ser obviada.

BAILES DE SALÓN, BAILES LATINOS

CONTENIDOS MÍNIMOS DE LOS CURSOS. METODOLOGÍA.

- Merengue.
- Salsa.
- Pasodoble.
- Cumbia.
- Lambada.
- Vals.
- Chá-Chá-Chá.
- Polka.
- Bolero.
- Samba.
- Mambo.
- Fox-trot.
- Swing.
- Rock.
- Milonga.
- Tango.

El proceso metodológico se llevará a cabo a través de la observación y de la práctica vivencial, así se irán introduciendo en los distintos pasos y figuras de cada baile de



salón. En todo momento las clases serán participativas, creativas y socializadoras. Empiezan con un calentamiento, seguido de la práctica de los pasos correspondientes al baile que estén practicando y continuando con el ensayo de las diferentes figuras de baile. Señalar que los profesores realizarán un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno. Es imprescindible poder apreciar los movimientos y desplazamientos tanto de los pies, brazos, tronco en las vueltas, piruetas, etc., para así de forma personalizada corregir cada uno de los movimientos efectuados.

DESTINATARIOS:

Taller dirigido a jóvenes y adultos del distrito.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA:..

Equipo de música y cd's adecuados para su realización.

BAILE ESPAÑOL**CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.**

- Clásico
- Zapateado
- Bailes
- Escuela bolera
- Castañuelas

Empiezan con un calentamiento, seguido de movimientos de clásico y continuando con los de bailes español.

El proceso metodológico se llevará a cabo a través de la observación y de la práctica vivencial, así se irán introduciendo en los distintos pasos y figuras de cada baile. Es imprescindible poder apreciar los movimientos y desplazamientos tanto de los pies, brazos, tronco en las vueltas, piruetas, etc., para así de forma personalizada corregir cada uno de los movimientos efectuados.

DESTINATARIOS:

Este taller está dirigido a un público juvenil y adulto desde los 16 años.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA..

Equipo de música y cd's adecuados para su realización.

BAILE ESPAÑOL INFANTIL**CONTENIDOS. METODOLOGÍA.**

Mediante una metodología participativa y de interacción con el grupo el alumno debe conocer las distintas modalidades que existen en la Danza en un ambiente ameno y divertido.



En todo momento las clases serán participativas, creativas y socializadoras. Empiezan con un calentamiento basado en juegos, seguido de movimientos de clásico y continuando con el tipo de danza que toque. Señalar que los profesores realizarán un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno/a.

- Danza clásica (base)
- Sevillanas
- Rumbas
- Coreografías.

DESTINATARIOS

Este taller esta adaptado al público infantil haciendo más hincapié en la introducción en el mundo de la danza que en el aprendizaje de los diferentes bailes.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA..
Equipo de música y cd's adecuados para su realización.

DANZA DEL VIENTRE

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.

- Apertura de un espacio libre para ejercitar movimientos espontáneos de liberación y desbloqueo como son:
- Trabajos en el suelo o de pie.
- Relajación.
- Respiración.
- Rotación.
- Rodamientos.
- Autoconsciencia del espacio interno: recorrido visual por el cuerpo para ayudar a la relajación con la importancia del suelo como soporte.
- Conciencia de nuestra “estructura” ósea, articular, muscular, ligamentosa, orgánica, visceral, etc.
- Conciencia particularizada de cada articulación y de su íntima interdependencia.
- Conciencia del espacio y la tridimensionalidad.
- Conciencia del eje de verticalidad.
- Conciencia del centro de gravedad.
- El balanceo.
- Los desplazamientos.
- Ritmo y dinámica con movimientos para escuchar la propia música interna.
- Ejercicios de relajación final dinámica y estática:

El desarrollo de los contenidos del dicho programa a lo largo del curso, se realizará mediante una metodología activa, participativa y fundamentalmente práctica.

Se pretende lograr un clima cálido y de confianza, de manera que los participantes puedan detectar y experimentar libremente los diferentes contenidos, tanto de forma



personal e individualizada como grupal, para el logro eficaz de los objetivos propuestos.

El curso constaría de un único bloque a lo largo de las distintas sesiones, dirigidos con una aplicación progresiva y paulatina del material a impartir de acuerdo con el nivel inicial del alumno y el grado de avance del mismo.

Se pretende que el curso esté basado principalmente en la práctica complementada con exposiciones de forma clara y concisa. Para ello se seguirán las siguientes estrategias metodológicas:

- Presentación del grupo y exposición de las necesidades individuales de los asistentes.
- Aplicación de actividades para aprender a detectar y focalizar las tensiones del cuerpo mediante la formación de grupos pequeños; y comentario final de forma individualizada.
- Explicación de los fundamentos de la danza del vientre.
- Práctica de la respiración y de cada una de las técnicas de relajación; y exposición final de las sensaciones y resultados experimentados.
- Utilización de músicas diversas: étnicas, clásica, nueva era, percusión, etc., para despertar y provocar en el alumno sus diferentes facetas de expresión.

DESTINATARIOS

Este taller está dirigido a un público juvenil y adulto desde los 16 años.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA..

Equipo de música y cd's adecuados para su realización.

Curso de mantenimiento físico :

AERÓBIC, ZUMBA, GIM JAZZ

CONTENIDOS MÍNIMOS DE LOS CURSOS. METODOLOGÍA.

- Calentamiento de los distintos grupos musculares.
- Terminología básica.
- Nociones sobre higiene postural.
- El tiempo y el ritmo.
- Expresión corporal.
- Tablas aeróbicas.
- Ejercicios de elasticidad.
- Ejercicios de fortalecimiento integral del cuerpo.
- Ejercicios de respiración.
- Ejercicios de relajación.
- Teoría sobre Técnicas de fortalecimiento de grupos musculares, relajación y respiración.

Se considerará el trabajo grupal como eje del proceso de aprendizaje, de forma que se promueva su interés y motivación, mediante la adecuada selección de los contenidos, ritmos y niveles de cada grupo y de cada individuo.



Empiezan con un calentamiento, seguido del aprendizaje de una coreografía, la práctica de diferentes ejercicios de mantenimiento y continuando con la práctica de ejercicios de relajación.

Entender el papel del monitor/profesor/animador como guía del aprendizaje, proporcionando instrumentos y recursos que orienten la actividad de aeróbic sin coartar o sustituir el propio proceso del grupo.

Por ello, cada grupo participara activamente y mayoritariamente en el diseño del taller.

DESTINATARIOS

Este taller está dirigido a un público juvenil y adulto desde los 16 años.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA..

- Equipo de música
- Cd's adecuados.
- Steps (uno por alumno)
- Pesas de diferente peso (mancuernas) (dos por cada alumno).

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.

- Ejercicios de Fuerza: Conocimiento del propio cuerpo, abdominales, lumbares, dorsales, pectorales, piernas, hombros, multisaltos, etc.
- Ejercicios de Resistencia: acciones mantenidas, series, etc.
- Ejercicios de Flexibilidad: Estiramientos de forma activa y pasiva.
- Ejercicios de Coordinación: Realización de Movimientos grandes y de precisión que se irán haciendo más complejos a lo largo del curso.
- Ejercicios de Equilibrio: Mantenimiento de diferentes posturas.
- Ejercicios de relajación: Control de la respiración durante y después de la actividad.

Activa, participativa, socializadora y compensadora de las diferentes carencias de los alumnos a nivel físico y social.

El alumno será atendido en función de las posibilidades y limitaciones propias de su condición física, edad y sexo.

Todas las sesiones comenzarán con un calentamiento previo y se irá incrementando la actividad de forma progresiva con recuperaciones, para terminar con ejercicios de relajación.

DESTINATARIOS:

Este taller está dirigido a un público juvenil y adulto desde los 16 años.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA..



Se requiere un espacio con buena ventilación y espejo.

- Una colchoneta o aislante por alumno.
- Equipo de música con CD.
- Cd's variados.
- Mancuernas (dos por alumno).
- Aros y pelotas (uno por alumno) .
- Picas.

PILATES

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.

- Ejercicios de Fuerza: Conocimiento del propio cuerpo, abdominales, lumbares, dorsales, pectorales, piernas, hombros, multisaltos, etc.
- Ejercicios de Resistencia: acciones mantenidas, series, etc.
- Un equipo de música.
- 1 Colchoneta por alumno.
- Cd's.
- Ejercicios de Flexibilidad: Estiramientos de forma activa y pasiva.

- Ejercicios de Coordinación: Realización de Movimientos grandes y de precisión que se van complejizando progresivamente.
- Ejercicios de Equilibrio: Mantenimiento de diferentes posturas.
- Ejercicios de relajación: Control de la respiración durante y después de la actividad.

Se considera el trabajo grupal como eje del proceso de aprendizaje, de forma que se promueva su interés y motivación, mediante la adecuada selección de los contenidos, ritmos y niveles de cada grupo y de cada individuo.

Entender el papel del monitor como guía del aprendizaje, proporcionando instrumentos y recursos que orienten la actividad de **Pilates** sin coartar o sustituir el propio proceso del grupo.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA..

- Se requiere un espacio con buena ventilación y espejo.
- Una colchoneta o aislante por alumno.
- Equipo de música con CD.
- Cd's variados.
- Mancuernas (dos por alumno).
- pelotas (uno por alumno) .

DESTINATARIOS

Este taller está dirigido a un público juvenil y adulto desde los 16 años.

Técnicas Orientales:



TAI-CHI

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.

Introducción a los principios del tai-chi.

- Aforismos tradicionales.
- Principios físicos del equilibrio.
- Cómo empezar a practicar.
- Los nombres de las posturas.
- Los tres elementos básicos del Tai-Chi.
- La filosofía del tai-chi chuan.
- El ying y el yang.
- Aspectos técnicos del tai-chi.
- Los ejercicios de base.
- San shou “ separar las manos”.
- Significado y relación del tai-chi con el chuan.
- Tai-chi.
- Meditación, salud y autodefensa.
- El “chi” (La Energía Interna).
- Los ocho kwan extraordinarios.
- Principios físicos del equilibrio.
- Reglas de la respiración en el tai-chi.
- Tui-shou “el arte del empuje de manos”.
- Aclaraciones sobre la práctica del Tui-Shou.
- La práctica del Tui-Shou con una mano.
- Perfeccionamiento de la técnica del “Empuje hacia arriba”.
- El tai-chi como autodefensa.
- La técnica del tai-chi.
- Los clásicos del tai-chi.

El desarrollo de los contenidos de dicho programa a lo largo del curso, se realizará mediante una metodología activa, participativa y fundamentalmente práctica.

Se pretende lograr un clima cálido y de confianza, de manera que los participantes puedan detectar y experimentar libremente los beneficios del tai-Chi, de forma personal e individualizada, para el logro eficaz de los objetivos propuestos.

DESTINATARIOS

Este taller esta dirigido al público adulto. Los contenidos del mismo dependiendo de la movilidad de los asistentes.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA..

- Un equipo de música con CD.

YOGA

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.



- Qué es el yoga.
- La respiración y el prana.
- Los mantras.
- Yoga y numerología.
- Secuencia de saludo a la luna.
- Secuencia de saludo a la tierra.
- Secuencia al sol, al cielo y al agua.
- Secuencia a sita y rama.
- Secuencia de once pájaros y la hoja.
- Secuencia a kundalini.
- Secuencia de los doce gestos de purificación.
- Secuencia de los doce gestos de la paz.
- Las doce posturas de la fuerza.

El desarrollo de los contenidos de dicho programa, a lo largo del curso, se realizará mediante una metodología activa, participativa y fundamentalmente práctica.

Empiezan con un calentamiento, seguido de la práctica de las asanas y continuando con una relajación y una meditación. Señalar que los profesores realizarán un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno/a.

Se pretende lograr un clima cálido y de confianza, de manera que los participantes puedan detectar y experimentar libremente los beneficios del Yoga, de forma personal e individualizada, para el logro eficaz de los objetivos propuestos.

El profesor iniciará las sesiones con explicaciones que fundamenten la práctica de ejercicios y posturas físicas.

Se enriquecerá el curso con información sobre alimentación, pensamiento positivo y calidad de vida.

El profesor realizará un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno.

En cuanto a las clases, las posturas se realizarán con prendas cómodas, respetando los límites individuales sin forzar, aumentando gradualmente el mantenimiento de cada postura.

DESTINATARIOS:

Este taller está dirigido al público adulto, adaptando los contenidos del mismo dependiendo de la movilidad de los asistentes.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA..

- Un equipo de música.
- Colchonetas (una por cada alumno).
- Cd's.



YOGA INFANTIL

CONTENIDOS MÍNIMOS DEL CURSO. METODOLOGÍA.

- Qué es el Yoga.
- La respiración y el prana.
- Los mantras.
- Consejos de carácter general.

DESTINATARIOS

Este taller está dirigido a niños y niñas del distrito, adaptando los contenidos del mismo dependiendo de la movilidad de los asistentes

MATERIALES

- Un equipo de música.
- 1 Colchoneta por alumno.
- Cd's.

YOGA MENTAL

CONTENIDOS MÍNIMOS DE LOS CURSOS. METODOLOGÍA.

- Concepto de Yoga Mental.
- Yoga y numerología.
- Secuencia de saludo a la Luna.
- Secuencia de saludo a la Tierra.
- Secuencia al Sol, Cielo y al Agua.
- Secuencia a Sita y Rama.
- Secuencia de once pájaros y la hoja.
- Secuencia de los doce gestos de purificación.
- Secuencia de los doce gestos de la paz.
- Las doce posturas de la fuerza.
- Sonidos – vehículos de pensamiento.
- Las tres categorías de alimentos.

El desarrollo de los contenidos de dicho programa, a lo largo del curso, se realizará mediante una metodología activa, participativa y, fundamentalmente, práctica.

Se pretende lograr un clima cálido y de confianza, de manera que los participantes puedan detectar y experimentar libremente los beneficios del yoga, de forma personal e individualizada para el logro eficaz de los objetivos propuestos.

El profesor iniciará las sesiones con explicaciones que fundamenten la práctica de ejercicios y posturas físicas.

Se enriquecerá el curso con información sobre alimentación, pensamiento positivo y calidad de vida.

El profesor realizará un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno.



En cuanto a las clases, las posturas se realizarán con prendas cómodas, respetando los límites individuales sin forzar, aumentando gradualmente el mantenimiento de cada postura.

DESTINATARIOS

Este taller está dirigido al público adulto, adaptando los contenidos del mismo dependiendo de la movilidad de los asistentes.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.

Por ello, cada grupo participará activamente y mayoritariamente en el diseño del taller.

Los profesores realizarán un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno.

Las clases comenzarán con un calentamiento de diez o quince minutos para pasar a continuación al aprendizaje y desarrollo del taller. La tercera parte de cada sesión se dedicará a los ejercicios de elasticidad, fortalecimiento integral del cuerpo y aprendizaje de técnicas de relajación y respiración.

CURSOS DE AUTOAYUDA “SENTIRSE MEJOR”

RELAJACIÓN

CONTENIDOS. METODOLOGÍA

El alumno/a tiene la oportunidad de relajarse a través de diferentes ejercicios de relajación. Todo ello con el fin de aprender distintas técnicas de relajación que los ayude a relajarse y a olvidarse del estrés diario. En todo momento las clases serán participativas, creativas y socializadoras. Empiezan con un calentamiento, seguido de la práctica de ejercicios antiestrés y continuando con una relajación y unos ejercicios de respiración. Señalar que los profesores realizarán un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno/a.

- ejercicios de relajación
- ejercicios de respiración
- ejercicios de estiramientos.

Este taller esta dirigido al público adulto.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.

Un equipo de música con CD, cd's adecuados y colchonetas.

QUIROMASAJE

CONTENIDOS. METODOLOGÍA:



En todo momento las clases serán participativas, creativas y socializadoras. Empiezan con la explicación de la zona a tratar, seguido del aprendizaje de técnicas de masaje y la práctica de las mismas por parejas. Señalar que los profesores realizarán un seguimiento continuo sobre el avance de cada alumno/a.

- Introducción al masaje
- El masaje y las funciones fisiológicas
- Técnicas básicas de masaje
- Técnicas complementarias
- Ejercicios de mantenimiento para el masajista.

DESTINATARIOS:

Este taller esta dirigido al público adulto.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.:

1 Camilla por cada 4 alumnos .

Estética personal:**MAQUILLAJE****Objetivos:**

Aprender los conocimientos técnicos del maquillador/a como son: el color, las técnicas de maquillaje, los cosméticos y sus procedimientos de aplicación.

Aprender a realizar los maquillajes más frecuentes.

Estudiar los puntos débiles y las partes del rostro más difíciles de maquillar.

Conocer el rostro para sacar el mayor partido del mismo.

Familiarizar al alumnado con las patologías dermatológicas más frecuentes.

Conocer la importancia de la limpieza de la piel.

Adecuar el maquillaje al momento del día y el evento para el que se realiza.

Conocer la moda en la ropa.

Realizar correctamente las prácticas de los distintos tipos de maquillaje.

Elegir y aplicar correctamente los productos y utensilios. Cosmética y maquillaje.

Estudiar el pelo, sus problemas y posibilidades

Ver la relación alimentación-belleza.

Contenidos:

El equipo de cosmética y maquillaje

Tipos, formas y utilización de los distintos materiales

La piel: su limpieza

Conocimiento del rostro

Patologías dermatológicas más frecuentes.

Introducción al mundo del maquillaje

- o Historia y entorno actual
- o Los diferentes útiles de maquillaje y productos, usos y aplicaciones.
- o Teoría de color, tipologías, análisis del color facial.
- o Dibujo aplicado al maquillaje.
- o Técnica de visualización, estudio de volúmenes.
- o Maquillaje como elemento social, maquillaje de día, noche y fiesta
- o Maquillaje de novia, tipologías, estilismo de la Imagen.

Maquillaje teatral y escénico

Maquillaje de fiesta

Maquillaje de corrección facial

Maquillaje en publicidad

- o Introducción al Maquillaje Fotográfico en Publicidad.
- o Asesoría de Imagen Personal.
- o Clases teórico- prácticas de fotografía aplicada al maquillaje.
- o Maquillaje en Color y B/N.
- o Evolución en una Imagen.
- o Tendencias.
- o Maquillaje para espectáculo.

Toda enseñanza teórica irá acompañada con práctica. Recorrido por las épocas.

DESTINATARIOS:

Este taller esta dirigido al público especialmente joven y adulto..



RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.:

Bases de maquillaje, esponjas desmaquilladoras, espejos uno por alumno, productos desmaquillantes tales como leches limpiadoras, muestras de varios tonos de lápiz de labios, sombras de ojos, lápiz de ojos, rimel, brochas de colorete, coloretes.

El alumno deberá llevar el material de uso individual, por lo que el material anterior será para ser utilizado por el profesor.

AUTOMAQUILLAJE

- o Maquillaje de día.
- o Maquillaje de tarde personalizado, y transformación en maquillaje de noche.
- o Maquillaje de fiesta.

Moda en la ropa

El pelo: problemas y posibilidades

Alimentación y belleza

Metodología:

La metodología a utilizar será eminentemente práctica y motivadora y se seleccionarán una serie de actividades de acuerdo con el nivel de partida de los alumnos y alumnas, de manera que el enfoque de los talleres se dirigirá en función de las características del grupo.

Se presentará el grupo y se expondrá las necesidades individuales del alumnado, explicando los fundamentos teóricos básicos para la aplicación de cada una de las técnicas.

Toda enseñanza teórica irá acompañada con práctica.

DESTINATARIOS:

Este taller esta dirigido al público especialmente joven y adulto..

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.:

Bases de maquillaje, esponjas desmaquilladoras, espejos uno por alumno, productos desmaquillantes tales como leches limpiadoras, muestras de varios tonos de lápiz de labios, sombras de ojos, lápiz de ojos, rimel, brochas de colorete, coloretes.



El alumno deberá llevar el material de uso individual, por lo que el material anterior será para ser utilizado por el profesor.

LUDOTECAS

CONTENIDOS. METODOLOGÍA

El taller versará sobre diversas actividades lúdicas dirigida a los niños principalmente en sábados y periodos de vacaciones escolares.

DESTINATARIOS: niños de 3 a 12 años ambas edades incluidas. que se distribuirán en franjas de edad

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.

- Plastilina, pinturas ,papel maché.
- Gorros, antifaces, globos .
- Decoración .
- Música .
- Marionetas.

Los contenidos serán adecuados a cada franja de edad y deberán versar sobre las siguientes o similares actividades:

- Talleres infantiles (talleres de broma, talleres de calendarios talleres de tarjetas , percusion, talleres de marionetas, taller de adornos, de teatro, títeres, de bailes, de idiomas, de canto, de ingles, de pintacaras, de malabares, de magia, de cocina ...)
- Juegos infantiles (batería de diversos juegos dirigidos a todas las edades de los niños del taller)
- Manualidades (realización de pompones, figuras de plastilina, dibujos recortar y pegar,)

MONITORES: serán necesarios 1 monitor por cada 10 niños que asistan al taller que deberán tener la formación específica en la actividad que se imparta y en aquellos casos donde no exista titulación específica, se valorará experiencia docente de un mínimo de 6 meses.

TALLERES INFANTILES DE VERANO

CONTENIDOS. METODOLOGÍA

El taller versará sobre diversas actividades lúdicas dirigidas a los niños durante las 2 quincenas del mes de julio.

DESTINATARIOS: niños de 5 a 12 años ambas edades incluidas que se distribuirán en franjas de edad.

RECURSOS MATERIALES MÍNIMOS A APORTAR POR LA EMPRESA.

- Plastilina, pinturas ,papel maché.
- Gorros, antifaces, globos .
- Decoración .
- Música .
- Marionetas.

En los talleres infantiles de verano, el adjudicatario asumirá el coste derivado del desayuno y comida de los usuarios inscritos en dichos talleres mediante la contratación del catering correspondiente que será servido en las instalaciones del Distrito donde se lleven a cabo.

Las plazas previstas para dicha actividad son 120 usuarios como máximo por año. En los talleres infantiles de verano se realizarán 2 salidas a la piscina descubierta mas próxima al Distrito de Barajas por quincena. El traslado en autocar y el acceso a la piscina de los usuarios será de cuenta del contratista.

Los contenidos serán adecuados a cada franja de edad y deberán versar sobre las siguientes o similares actividades:

- Talleres infantiles (talleres de broma, talleres de calendarios talleres de tarjetas , percusión, talleres de marionetas, taller de adornos, de teatro, títeres, de bailes, de idiomas, de canto, de ingles, de pintacaras, de malabares, de magia, de cocina ...)
- Juegos infantiles (batería de diversos juegos dirigidos a todas las edades de los niños del taller)
- Manualidades (realización de pompones, figuras de plastilina, dibujos recortar y pegar,).
-

MONITORES: serán necesarios 1 monitor por cada 10 niños que asistan al taller que deberán tener la formación específica en la actividad que se imparta y en aquellos casos donde no exista titulación específica, se valorará experiencia docente de un mínimo de 6 meses, deberán de tener el carne de manipulador de alimentos o titulación similar.

PERSONAL NECESARIO PARA LA PRESTACIÓN DE LOS TALLERES

El número de personas necesarias para la correcta ejecución del contrato será como mínimo de 50 personas, entre las que se incluirán las siguientes:

- de un monitor por cada taller, siendo posible que un mismo monitor imparta varios talleres y que varios monitores impartan un mismo taller.



- un auxiliar administrativo, que deberá acudir en los meses de septiembre y junio de cada curso escolar.
- un coordinador.
- **Requisitos mínimos del personal que va a impartir los talleres:**
 - Formación específica en la actividad que imparte, y en caso de no existir titulación específica se valorará la formación pedagógica o formación análoga.
 - Experiencia docente de seis meses mínimo en escuelas, academias, centros educativos, gimnasios, centros culturales, escuelas universitarias.
 - También se valorará experiencia profesional relacionada con las materias propias del taller , tales como publicaciones, exposiciones, exhibiciones, actuaciones, conciertos, taller propio.

Los profesores que impartan los talleres deberán tener la capacidad de transmitir conocimientos y motivar al alumnado, además de ser personas con dinamismo y creatividad.

- **Requisitos mínimos del Auxiliar Administrativo**
 - Formación específica en la actividad que desarrolle y en caso de no existir titulación específica se valorará la formación pedagógica o formación análoga.
 - Experiencia profesional en las actividades propias de la gestión administrativa como mínimo de 6 meses
- **Requisitos mínimos del coordinador:**
 - La formación requerida será estar en posesión de una licenciatura universitaria o similar y conocimientos administrativos.
 - La experiencia mínima requerida será de un mínimo de 2 años en tareas relacionadas con la gestión de centros culturales municipales, tareas de atención al público, habilidades de comunicación y capacidad de resolución de conflictos.

Sus funciones vienen recogidas en el pliego de prescripciones técnicas.