

## ¿QUÉ NIVEL DEBO ESCOGER EN LOS TALLERES?

- 1º BUSCA EL CENTRO EN EL QUE TE QUIERES INSCRIBIR.**
- 2º BUSCA EL TALLER EN EL QUE ESTÁS INTERESADO.**
- 3º Y BUSCA LOS REQUISITOS QUE TE PIDEN EN CADA UNO DE LOS NIVELES.**

<b>C.M. EL PARQUE</b>			
<b>BAILES DE SALÓN</b>			
<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>INICIAL (NIVEL I)</b>	- Para personas que quieren empezar desde cero. - También para personas que tienen nociones básicas pero quieren perfeccionarlas.	Aprenderán los pasos básicos para bailar bachatas, cha cha cha, merengue, pasodoble...	Se valorará el nivel de cada persona, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.
<b>INTERMEDIO (NIVEL II)</b>	- Para personas que ya tienen los conocimientos básicos de estos bailes.	Perfeccionarán los pasos de baile de las bachatas, cha cha cha, merengue, pasodoble...	Se valorará el nivel de cada persona, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.
<b>NIVEL AVANZADO (NIVEL III)</b>	Para personas que ya tienen conocimientos de los diferentes tipos de bailes, pero necesitan perfeccionarlos.	Perfeccionarán los pasos de baile de las bachatas, cha cha cha, merengue, pasodoble...	Se valorará el nivel de cada persona, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.
<b>NIVEL AVANZADO (NIVEL IV)</b>	- Para las personas que otros años ya han realizado el taller de bailes de salón en el nivel avanzado III. - Y para personas que bailan con fluidez los diferentes tipos de baile.	Bailarán bachatas, ruedas cubanas, pasodobles, tangos, rock and roll, merengue...	Se valorará el nivel de cada persona, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.
<b>BAILES EN LÍNEA</b>			
<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL I</b>	- Para personas que quieren empezar desde cero.	Se bailará siguiendo una coreografía establecida de antemano y de forma	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por sí mismo/a y no padecer deterioro



	- También para personas que tienen nociones básicas pero quieren perfeccionarlas.	independiente, es decir, no se baila en pareja. Se baila: latinos, salón y country.	cognitivo y/o trastornos conductuales.
<b>SEVILLANAS</b>			
<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL INICIAL</b>	Para aquellas personas que empiezan desde cero.	Se adquirirán conocimientos de la 1ª y la 2ª de sevillanas.	El primer día de clase, harán una prueba de nivel, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.
<b>NIVEL AVANZADO</b>	Para aquellas que tienen conocimientos de la 1ª y la 2ª sevillana.	Se profundizará en la 1ª y 2ª sevillana. Y se adquirirán conocimientos de la 3ª y la 4ª.	El primer día de clase, harán una prueba de nivel, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.
<b>PINTURA</b>			
<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>PINTURA INICIO</b>	<b>ÓLEO</b> Para personas que tienen intereses en las artes plásticas y quieren empezar desde cero o perfeccionar la técnica del óleo.	Trabajarán fundamentalmente la técnica del óleo.	
<b>PINTURA AVANZADO</b>	<b>ÓLEO</b> Para personas que tienen intereses en las artes plásticas y bien quieren empezar desde cero o perfeccionar la técnica del óleo.	Trabajarán fundamentalmente la técnica del óleo y dibujo.	El primer día de clase, harán una prueba de nivel, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.
<b>PINTURA ACUARELA. Nivel avanzado.</b>	Para personas con intereses en las artes plásticas que tengan conocimientos en cuanto a dibujo y a la técnica.	Aprenderán el manejo del color con la técnica de acuarela.	El primer día de clase, el monitor hará una prueba de nivel para corroborar que se tienen los conocimientos básicos para el acceso al taller.
<b>DIBUJO</b>	Para personas que quieran aprender desde el inicio a dibujar en carboncillo	Aprenderán a dibujar en carboncillo y el manejo de los colores en diferentes tipos de pinturas.	
<b>LECTO-ESCRITURA</b>			



<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL I (BÁSICO)</b>	Para aquellas personas que presentan dificultades a la hora de leer y escribir.	Se trabajará la caligrafía, el cálculo y dictados.	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por sí mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.
<b>NIVEL II (AVANZADO)</b>	Para aquellas personas que quieren perfeccionar la escritura, la lectura y la comprensión lectora.	Se trabajará la caligrafía, el cálculo, la comprensión lectora y la ortografía.	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por sí mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.

**TU MENTE EN FORMA**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL 0</b>	Dirigido a personas que manifiestan pérdidas de memoria leve. No obstante la persona es autónoma y se vale por si misma.	Se potenciará las diferentes fases de la memoria: registro, retención y recuerdo de la información Se estimulará las capacidades de atención, percepción, orientación, praxias, grafomotricidad, motricidad... Se fomentará la interacción y expresión emocional.	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.
<b>NIVEL I</b>	Para personas con falta de atención, que pierden la concentración fácilmente.	Se realizarán ejercicios de atención, memoria, praxias, lenguaje, razonamiento, orientación... Además de dinámicas...	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.
<b>NIVEL II</b>	Para personas que están interesadas en mejorar/mantener la memoria, optimizar las funciones cognitivas, y así evitar o retardar su deterioro.	Se realizarán ejercicios de atención, memoria, praxias, lenguaje, razonamiento, cálculo, dinámicas, mandalas y tangram, sudokus...	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.



<b>AULA ABIERTA</b>	Para personas que están interesadas en mantener las funciones cognitivas activas	Se realizarán ejercicios de atención, memoria, praxias, lenguaje, razonamiento, orientación...	El aula abierta es un espacio de encuentro en el que los participantes ponen todos sus conocimientos en común.  Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.
---------------------	--	--	--

**HISTORIA DE LAS MUJERES**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>HISTORIA DE LAS MUJERES INICIAL</b>	Dirigido a todas las personas que les interese profundizar en el recorrido de nuestra historia.	Repaso de la historia a través de personajes femeninos de la historia y de cómo han vivido en diferentes épocas y según su situación geográfica.	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.
<b>HISTORIA DE LAS MUJERES AVANZADO</b>	Dirigido a todas las personas que les interese profundizar en el recorrido de nuestra historia.	Se ahondará más en la historia vista en el taller Inicial y se verán nuevos contenidos complementarios.	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.

**YOGA**

<b>HATHA YOGA</b>	A diferencia de los otros yogas, éste es un yoga "suave". Está caracterizado por una suave transición entre una asana y la siguiente. No debemos olvidar, en todo momento, el control de la respiración y la capacidad de permanecer en estado meditativo durante el transcurso de la práctica.
-------------------	---

**GIMNASIAS**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>GIMNASIA SUAVE</b>	Para personas con menos movilidad o algún tipo de lesión (que permita hacer ejercicio)	Se realizarán ejercicios más suaves y sencillos. <u>EN PIE, EN SILLA O TUMBADOS.</u>	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por sí mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.
<b>GIMNASIA MANTENIMIENTO</b>	Para personas que se puedan tumbar y levantar sin	Se realizarán ejercicios de más alto nivel. EN PIE O	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por



	problema, no tengas patologías y estén acostumbrados a hacer ejercicio.	<b>COLCHONETA.</b> Ejercicios de cardio, pilates, etc. con bastante movimiento.	<b>sí mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.</b>
--	---	--	---

**C.S. CHE GUEVARA****INGLÉS**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL I (INICIAL)</b>	Para aquellas personas que quieren adentrarse en el mundo de los idiomas o quieren refrescar conocimientos básicos.	Fonética. Vocabulario, reglas básicas, conversación, etc.	

**FRANCÉS**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL I (INICIAL)</b>	Para aquellas personas que quieren adentrarse en el mundo del francés o quieren refrescar conocimientos básicos.	Fonética. Vocabulario, reglas básicas, conversación, etc. Trabajo con libro	
<b>NIVEL II (AVANZADO)</b>	Para aquellas personas que ya poseen conocimientos básicos y quieren perfeccionar el idioma.	Conversación, vocabulario, fonética, etc.. Trabajo con libro	

**LECTO-ESCRITURA**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL I (BÁSICO)</b>	Para aquellas personas que presentan dificultades a la hora de leer y escribir.	Se trabajará la caligrafía, el cálculo y dictados.	
<b>NIVEL II (AVANZADO)</b>	Para aquellas personas que quieren perfeccionar la escritura, la lectura y la comprensión lectora.	Se trabajará la caligrafía, el cálculo, la comprensión lectora y la ortografía.	

**TU MENTE EN FORMA**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL I</b>	Para personas con falta de atención, que pierden la concentración fácilmente.	Se realizarán ejercicios de atención, memoria, praxias, lenguaje, razonamiento, orientación... Además de dinámicas,...	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.
<b>NIVEL II</b>	Para personas que están interesadas en mejorar/mantener la memoria, optimizar las funciones cognitivas, y así evitar o retardar su deterioro.	Se realizarán ejercicios de atención, memoria, praxias, lenguaje, razonamiento, cálculo, dinámicas, mandalas y tangram, sudokus...	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.

**GIMNASIAS**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>REHABILITACIÓN (NIVEL I)</b>	Para personas con menos movilidad o algún tipo de lesión (que permita hacer ejercicio, importante!)	Se realizarán ejercicios más suaves y sencillos. <u>EN PIE O EN SILLA.</u>	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.
<b>MANTENIMIENTO (NIVEL II)</b>	Para personas que se puedan tumbar y levantar sin problema, no tengas patologías y estén acostumbrados a hacer ejercicio.	Se realizarán ejercicios de más alto nivel. EN PIE O COLCHONETA. Ejercicios de cardio, pilates, etc. con bastante movimiento.	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.

**C.M. FELIPE II****BAILES EN LÍNEA**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL I</b>	- Para personas que quieren empezar desde cero. - También para personas que tienen nociones básicas pero	Se bailará siguiendo una coreografía establecida de antemano y de forma independiente, es decir, no se baila en pareja. Se baila: latinos, salón y	El primer día de clase, el monitor hará una prueba de nivel, siendo posible que el/la participante suba de nivel.



	quieren perfeccionarlas.	country.	
<b>NIVEL II</b>	Para personas que ya tienen los conocimientos básicos de este baile.	Se bailará siguiendo una coreografía establecida de antemano y de forma independiente, es decir, no se baila en pareja. Se baila: latinos, salón y country.	El primer día de clase, harán una prueba de nivel, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.

**BAILE FLAMENCO (SEVILLANAS)**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL II (INTERMEDIO)</b>	Para aquellas personas que ya el año pasado estuvieron en el nivel 0, o para aquellas que tienen conocimientos de la 1ª y la 2ª sevillana.	Se profundizará en la 1ª y 2ª sevillana.	El primer día de clase, harán una prueba de nivel, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.
<b>NIVEL III (AVANZADO)</b>	Para aquellas personas que el año pasado estaban en el nivel intermedio. También para aquellas personas que bailan con fluidez 1ª y la 2ª y tienen conocimientos de la 3ª y la 4ª.	Se adquirirán conocimientos de la 3ª y la 4ª.	El primer día de clase, harán una prueba de nivel, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.

**TAICHÍ**

<b>TAICHÍ INICIAL</b>	Para aquellas personas que empiezan desde 0 en el conocimiento de esta disciplina.	Se dará a conocer esta disciplina y se enseñará a trabajarla para poder mejorar las condiciones físicas y mentales.	Es fundamental para apuntarse a los talleres, valerse por si mismo/a y no padecer deterioro cognitivo y/o trastornos conductuales.
<b>TAICHÍ AVANZADO</b>	Para aquellas personas que han estado en el nivel inicial y son capaces de seguir los pasos con fluidez.	Se realizarán movimientos más avanzados.	El primer día de clase, harán una prueba de nivel, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.

**CHOTIS**



<b>CHOTIS I</b>	Para aquellas personas que empiezan desde 0 en el conocimiento de este baile.	Se aprenderán los pasos fundamentales de este baile y se practicará para mejorar y avanzar.	El primer día de clase, harán una prueba de nivel, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.
<b>CHOTIS II</b>	Para aquellas personas que tienen conocimientos previos y han practicado este baile.	Se practicarán bailes conocidos y se aprenderán pasos y bailes mas avanzados.	El primer día de clase, harán una prueba de nivel, siendo posible una modificación en el nivel solicitado.

**INGLÉS**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>NIVEL I</b>	Para aquellas personas que ya tienen conocimientos básicos del idioma	Fonética. Vocabulario, reglas básicas, conversación, etc.	

**CORO CLÁSICO ESPAÑOL**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>CORO CLÁSICO ESPAÑOL</b>	Para aquellas personas que ya tienen nociones de canto	Cantarán: coplas, sevillanas...	El monitor hará una prueba de canto el primer día de taller.

**OTROS CENTROS: HIPATIA****INFORMÁTICA**

<b>NIVEL</b>	<b>REQUISITOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
<b>INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA I</b>	Para aquellas personas que quieren adentrarse en el mundo de los ordenadores, es fundamental no tener conocimientos de informática.	Cómo encender y apagar el ordenador, funciones del ratón, prácticas del teclado, abrir y crear un documento, cortar, pegar un texto, dar formato a la fuente... Internet: buscador de Google, correo electrónico...	Este taller será cuatrimestral.
<b>INFORMÁTICA INTERMEDIO I</b>	Personas que ya poseen conocimientos básicos, que poseen correo electrónico y lo saben manejar con fluidez.	Repaso de conocimientos del nivel básico. Otras funciones del procesador de textos Word, tratamiento de imágenes, Internet (correo electrónico, skype, redes sociales...).	Se puede requerir una prueba de nivel, que consistirá básicamente: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Manejo de Word básico</li> <li>- El escritorio de Windows</li> <li>- Correo electrónico</li> </ul> A elegir entre los dos grupos intermedios según conveniencia de





<b>INFORMÁTICA INTERMEDIO II</b>	<b>Personas que ya poseen conocimientos básicos, que poseen correo electrónico y lo saben manejar con fluidez.</b>	<b>Repaso de conocimientos del nivel básico. Otras funciones del procesador de textos Word, tratamiento de imágenes, Internet (correo electrónico, skype, redes sociales...).</b>	<b>horarios.</b> <b>Se puede requerir una prueba de nivel, que consistirá básicamente:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Manejo de Word básico</li><li>- El escritorio de Windows</li><li>- Correo electrónico</li></ul> <b>A elegir entre los dos grupos de iniciación según conveniencia de horarios.</b>
----------------------------------	--	---	--