

Planeta Alkor

Revista bimestral. **Marzo 2019. N° 12**

Escuela Infantil

Contenido y
lenguaje, integrados

Excelencia TIC

Sobresalientes en
innovación

STEM Talent Girl

Alumnas que nos
representan



Alkor, de nuevo entre los
100 Mejores colegios
de España

CAMPAMENTOS VERANO 2019



CAMPUS DEPORTIVO

Del 24 al 28 de junio

Del 1 al 31 de julio

Infórmate en
www.colegioalkor.com



DESCUBRE
TU TALENTO

Del 30 de junio al 13 de julio

Sumario

ALKOR AL DÍA

- 04** Nuestra **carroza** de Reyes.
Pre-uvras en Infantil y ESO.
¡Carnaval!
- 05** El **Colegio Alkor** entre los 100
Mejores de España.
- 06** **Teatro solidario** en acción.
Visita de **Cecilia Rodrigo**.
¡Gracias, Museo Thyssen!
- 07** Estudiar en **Irlanda**.
En Alkor, somos **multilingües**, y
aprendemos así.
- 08** Semana Blanca en **Andorra**.
Nueva liga de **Voleibol**.
Excelentes en **Karate**.
Cross escolar municipal de
Alcorcón.

SOMOS ALKOR

- 09 STEM TALENT GIRL.** Nuestras
alumnas elegidas.

EN PORTADA

- 10 - 11** Celebramos la paz y la
amistad.

PROYECTOS EDUCATIVOS

- 12 Innovación.** Alkor en el programa
de Centros de excelencia **TIC**.
- 13 Infantil.** Integramos **lenguaje y
contenido** en inglés.
- 14 Primaria.** Un nuevo modelo para
evaluar **destrezas**.
- 15 Secundaria.** Qué opinan los
alumnos del **Bachillerato Dual
Americano**.

TE INTERESA

- 16** En el comedor, **100% calidad**
asegurada.

EXPERTO DOP

- 17** Cómo organizar los **deberes y el
estudio**.

EXTRAESCOLARES

- 18** **Extraescolares.** Creamos la liga
Chupetín.

SU SALUD NOS IMPORTA

- 19** **Prevenir el Rotavirus.**



**Eulogio
Martínez Mota**
Presidente de
la Cooperativa
Prosciencia

Alkor es sobresaliente: el honor de estar entre los 100 primeros

Que los colegios Alkor y Villalkor aparezcan en el ranking de los 100 Mejores Colegios de España, y únicos de Alcorcón, es más que un motivo de orgullo. Es la cara visible de un trabajo inmenso que llevamos a cabo desde hace 25 años entre toda la comunidad educativa. Porque que nos escojan por la calidad de nuestro proyecto, el nivel de idiomas que impartimos, las instalaciones de las que disfrutan nuestros alumnos, las notas que alcanzan nuestros estudiantes en evaluaciones internacionales como PISA, es todo un privilegio. El **ranking de los 100 Mejores Colegios** es el más prestigioso de los que se publican en nuestro país. Y lo es porque para acceder a él hay que superar un sinfín de criterio y estar por encima de miles de centros que se presentan a él para aparecer en su listado. Y nosotros lo conseguimos año tras año. Gracias a todos los que lo hacéis posible con vuestro esfuerzo y vuestra confianza.



**Miguel Ángel
González López**
Director
del Colegio Alkor

Comprometidos con la mejora y la formación constante

La implicación y el compromiso con la innovación del equipo docente del Colegio Alkor, junto con la formación permanente, son elementos clave para acometer los múltiples retos que nos imponemos en nuestro camino hacia la mejora permanente. Queremos mostraros algunos de los numerosos proyectos y propuestas de aprendizaje innovadoras que se encuentran integradas en nuestro modelo pedagógico y que hacen del **Proyecto Educativo del Colegio Alkor** algo diferente. Se trata de un modelo que nos permite, desde edades muy tempranas, desarrollar en nuestros alumnos y sus distintas capacidades e inteligencias, estimulando en ellos su deseo de aprender y de mejorar. Desde esta perspectiva trabajamos todos los días para construir diferentes propuestas de aprendizaje que sean estimulantes, cooperativas y tecnológicas en los que la presencia del profesorado es un valor esencial entendida como acompañamiento, cercanía y entrega personal.

Nuestra carroza de Reyes, ¡espectacular!

Las familias de la **Asociación de Padres y Madres** del Colegio Alkor una vez más desfilaron en la Cabalgata de Reyes 2019 de nuestra ciudad. Y como cada año, sin duda fue la carroza más espectacular. Una paloma iluminada a la que acompañaron decenas de elfos disfrazados para la ocasión. Ellos fueron los encargados de repartir los más de 400 kilos de caramelos a todos los asistentes.



Campanadas

Infantil y Secundaria celebran las pre-uvvas

En la Escuela Infantil esta celebración es un clásico. Pero por primera vez preparamos para ESO las pre-uvvas. No faltó de nada: las uvas, globos, el reloj de la Puerta del Sol, las campanadas.... Y después, al ritmo de *En la puerta del Sol* de Mecano, profesores y alumnos celebraron el comienzo de las vacaciones navideñas.



¡Carnaval!

En Infantil y en Primaria nuestros alumnos se disfrazaron para celebrar Carnaval. Y en Primaria, como cada año, concurso de disfraces. Este año el tema era **La Música**. Los ganadores:



Ganadora de 1º
Marta Pinar Lozano



Ganadora de 2º
Sofía García González



Ganadora de 3º
Marta Chávez Sánchez



Ganadora de 4º
Paula Martín Delgado



Ganadora de 5º
Erika Carballo Sanz



Ganador de 6º
Héctor Ezquerro Clemente



Y si quieres ver Carnaval en la Escuela Infantil, escanea el código para ver el vídeo o visualízalo en nuestro canal de YouTube.

El Colegio Alkor, de nuevo entre los 100 mejores de España

Según el prestigioso ranking 100 Mejores Colegios publicado por El Mundo, Alkor y Villalkor se sitúan en el número 99 de toda España.



Nº 36
de la Comunidad
de Madrid
(de 3.341 centros)

Los únicos
de Alcorcón

Nuestro colegio, junto con Villalkor, de nuevo ocupa un lugar entre las 100 primeras posiciones de los mejores colegios de España. Así lo atestigua el prestigioso **ranking que el diario El Mundo** publica cada año en el mes de marzo.

Excelente proyecto educativo

Alkor y Villalkor son, además, los únicos centros de Alcorcón en entrar en este ranking. El modelo de enseñanza, la oferta educativa y los medios materiales son los tres criterios que sigue el equipo que decide quién aparece entre los **100 Mejores Colegios de España** para puntuar a los centros. En los tres criterios nos alzamos con el sobresaliente que nos hace merecedores de aparecer en este listado.

*"Alkor y Villalkor son los
dos únicos colegios de
Alcorcón en aparecer
en el ranking"*

El presidente de Prosciencia, **Eulogio Martínez Mota**, titular de ambos centros educativos, ha querido dar las gracias, *"a toda nuestra comunidad educativa por este nuevo éxito que viene a corroborar el gran proyecto que hemos construido entre todos. Nuestra misión sigue siendo, desde hace más de 25 años, educar a alumnos responsables, preparados para el futuro, con un modelo de enseñanza excelente basado en los idiomas, las nuevas tecnologías, la convivencia y la innovación educativa. Y así lo seguiremos haciendo en generaciones futuras"*.

Más información:

<https://www.elmundo.es/mejores-colegios>

Solidaridad

Nuestro teatro solidario sigue llevando sonrisas

El grupo de teatro solidario está formado por **alumnos voluntarios** de Secundaria que llevan alegría y buenas vibraciones allí donde más lo necesitan. Un proyecto que se enmarca dentro del plan de Acción social y voluntariado del Colegio Alkor, y de nuestra propuesta de **aprendizaje servicio**. Estas han sido sus últimas acciones:



**Residencia mayores
Sevilla la Nueva
2º y 3º ESO**



Hospital Niño Jesús



**Residencia mayores
CAM en Alcorcón**



**2º y 3º ESO en
CEE Severo Ochoa**

Visita de Cecilia Rodrigo

Conmemoramos el 20 aniversario de la muerte del maestro Rodrigo

En el 20 aniversario de la muerte del maestro Rodrigo, compositor y autor del **Concierto de Aranjuez**, su hija, Cecilia Rodrigo, vino a visitarnos. Ella es la heredera del legado cultural de su padre. Ofreció a nuestros alumnos de Secundaria una magistral charla sobre la **vida y obra de Joaquín Rodrigo** que, aun siendo invidente, superó todos los obstáculos hasta convertirse en un artista consagrado en el mundo entero.



Más información:

En www.joaquin-rodrigo.com encontrarás mucha información y material didáctico para niños sobre su trabajo.

¡Gracias, Museo Thyssen!

Nos dona sus catálogos de arte

El Museo Thyssen nos ha donado una colección de 26 cajas repletas de **catálogos de sus exposiciones**. Los responsables del museo quieren que desde pequeños los niños se familiaricen con la pintura y su belleza. Un auténtico lujo no sólo por su valor monetario, que es muy elevado, sino por todo el arte que ponen al alcance de nuestros alumnos. ¡Muchas gracias!



¿Pensando en estudiar en Irlanda?

Desde el Colegio Alkor te ofrecemos dos alternativas para que profundices en el estudio del idioma inglés y la cultura:

Verano en Irlanda

Una estancia a elegir entre **2, 3 o 4 semanas** durante el mes de julio durante las cuales se convive en hogares de familias seleccionadas.

Un trimestre en Irlanda

Estudia un trimestre en un **colegio irlandés** viviendo con una familia seleccionada.

Más información: www.colegioalkor.com



VERANO EN IRLANDA

Disfruta de un verano diferente viviendo con una familia irlandesa

Viaja al CO. KERRY y pasa 2, 3 o 4 semanas en julio con familias seleccionadas

En Alkor, somos multilingües, ¡y aprendemos así!

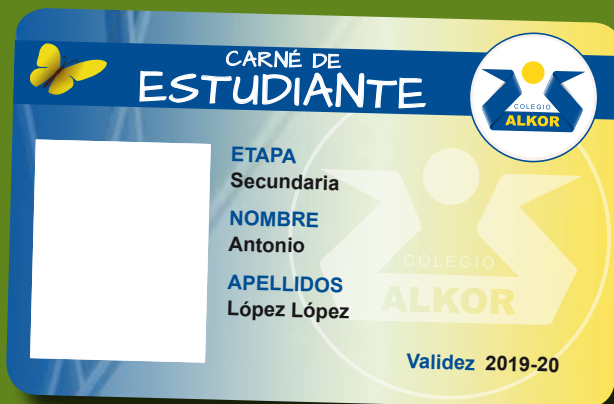


En este vídeo te mostramos cómo en el Colegio Alkor aprendemos **inglés, francés y chino**. Entra en nuestro canal de YouTube o bien escanea este código QR para ver este y muchos otros sobre nuestro proyecto educativo y actividades.



Nuevos carnés de estudiante

Los alumnos de Secundaria recibirán este curso un carné que les reconoce como **estudiantes del Colegio Alkor**. Con este carné podrán beneficiarse de precios especiales en multitud de actividades culturales, entradas a museos, descuentos en salas de cine... Y muchas más alternativas de ocio cultural para ellos.



Semana Blanca en Andorra

Cinco días aprendiendo a esquiar en compañía de amigos

Los alumnos de **2º de Secundaria** disfrutaron de un tiempo espectacular durante su Semana Blanca. En Andorra, con pensión completa, material y monitores incluidos, para muchos fue su primera incursión en el mundo del esquí.

Y además de practicar este deporte, disfrutaron de visitas culturales, se relajaron en el balneario de **Caldea**, conocieron la ciudad y se dieron un chapuzón en la piscina del hotel Panorama.



Nueva liga voleibol

Sumamos otra disciplina deportiva

Estas son las chicas que han formado el nuevo equipo de voleibol del curso 2018/19. Les deseamos mucho ánimo en esta temporada. Estamos muy orgullosos de contar de nuevo con un equipo que practique esta disciplina deportiva.



Cross Escolar Municipal de Alcorcón

El pasado 16 de marzo se celebró en el Parque de la República el tradicional **Cross Escolar Municipal** de Alcorcón. Los más pequeños recorrieron una distancia de 650 m., mientras que los mayores realizaron carreras de 1.350 m. Y conseguimos muchas, muchas medallas.



Grandes resultados en karate

Excelentes han sido los resultados de la primera fase de los Juegos Deportivos de la Comunidad de Madrid organizados por la **Federación Madrileña de Karate**:

- 3 primeros puestos.
- 5 segundos puestos.
- 6 terceros puestos.
- 2 finalistas.



Nuestras alumnas



Carolina Villar, Irene Tornero, Irene Montero, Irene Flores, María López y Sandra Díaz han sido elegidas para participar en el programa *Science for Her* del proyecto de mentorización *STEM Talent Girl*.

El concepto STEM está de moda. Detrás de este acrónimo se esconden las áreas de conocimiento en las que trabajan científicos e ingenieros: Science, Technology, Engineering and Mathematics (Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas). Se trata del sector profesional más demandado, en el que se estima se van a generar más de 1 millón de empleos en los próximos 5 años.

Y aun así, las mujeres ocupan tan sólo el 25% de los empleos relacionados con estas áreas. Para fomentar el talento STEM entre las mujeres surgió **STEM Talent Girl**, con sede en 9 ciudades españolas. Más de 400 chicas de 3º y 4º de Secundaria se presentaron al programa en la sede de Madrid. Y de todas ellas, eligieron a 30. Y de esas 30, 6 son alumnas de nuestro colegio. Un lujo.

profesores les presentaron la iniciativa **Science for Her**, destinada a alumnas de 3º y 4º de ESO, que se enmarca en el programa *STEM Talent Girl*.

"Se persigue acercar las áreas STEM a las chicas".

Cada sábado asisten a una masterclass en la que una directiva del ámbito STEM les habla sobre su carrera profesional. "Hemos estado con Rosa García, Presidenta y Ceo de Siemens en España; Marta Martínez, Presidenta IBM España, Portugal, Grecia e Israel; y Pilar López, Presidenta de Microsoft España". Eventos, talleres y sesiones con mentoras forman también parte de este proyecto, que persigue acercar las áreas STEM a las chicas.

De visita en Barcelona

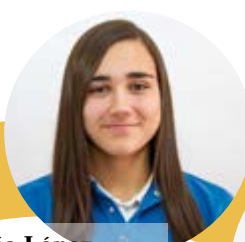
Uno de estos eventos tuvo lugar el pasado puente de Carnaval. Las chicas visitaron el hangar de Iberia en Madrid para, ese mismo día por la tarde, volar rumbo a Barcelona. En la Ciudad Condal asistieron a talleres con **pilotos comerciales** mujeres. La sede de los laboratorios L'Oreal, donde investigaron sobre las propiedades de un champú, fue su siguiente destino. Y más adelante, les nombrarán una mentora con la que pasarán una jornada de trabajo en la que comprobarán su día a día en el mundo científico.

Toda una experiencia a la que están sacando mucho partido.

Carolina Villar, Irene Tornero, Irene Montero, Irene Flores, María López y Sandra Díaz, cuentan cómo desde el Alkor sus



Irene Flores
3º ESO.
Programación e informática.



María López
4º ESO.
Ingeniería de Telecomunicaciones y Administración de empresas.



Sandra Díaz.
4º ESO.
Ingeniería.



Irene Montero
4º ESO.
Ingeniería aeroespacial o física.



Irene Tornero
3º ESO.
Ingeniería aeronáutica o navales.



Carolina Villar
3º ESO.
Ingeniería aeroespacial.

Nuestras alumnas STEM estudiarán...



Celebramos la paz y la amistad

Hemos conmemorado dos fechas muy significativas para nuestro proyecto educativo: el Día escolar de la paz (30 de enero) y San Valentín, en el que trabajamos sobre la amistad (14 de febrero).

Ambas fechas encarnan el espíritu de convivencia y solidaridad que promulgamos en el Colegio Alkor. Porque somos más que un colegio: una comunidad educativa. Y porque **#SomosAlkor**, invitamos a todos los amigos de Primaria y Secundaria que quisieron a formar parte de nuestra portada a hacerse una foto juntos. Además, en Infantil realizamos actividades de concienciación a los peques sobre la importancia de este día.



Día de la amistad en Infantil



Día de la paz en Primaria



Día de la amistad en Secundaria





Instagram

Planeta Alkor n.º 12



Alkor en el programa de Centros de Excelencia TIC

La participación del Colegio Alkor en el programa CET (Centros de Excelencia TIC), además de permitirnos pertenecer a la red de centros CET, nos ofrece la posibilidad de formar parte de un proceso de mejora continua.

Participando en el programa CET nos acogemos a un exhaustivo sistema de evaluaciones externas y de certificaciones, que nos ayuda a recorrer el camino de la innovación tecnológica de una forma segura y firme.

Los **proyectos de innovación** en el Colegio Alkor, como el de integración tecnológica tanto en las aulas, dentro de los procesos de enseñanza – aprendizaje, como en el centro en general, a nivel de organización y de gestión, son impulsados y gestionados por el departamento de innovación (**NewEd**) del colegio a través del proyecto de innovación tecnológica.

La evaluación sistemática del programa CET, pone el foco en el nivel de competencia digital docente, del alumnado y del colegio y tienen en cuenta los estándares que establece el marco de referencia europeo sobre la competencia digital de las personas y de las instituciones educativas. Aportan un feedback muy certero sobre estos ámbitos permitiendo detectar permanentemente, tanto las áreas de mejora, como las potencialidades del proyecto, con el fin de poder diseñar aquellos planes de mejora que sean oportunos para la consecución de los objetivos propuestos. Este proceso, además, va acompañado de un trabajo de supervisión,



asesoramiento y acompañamiento que facilita el proceso de mejora continua.

El equipo de evaluadores externos está formado por **profesionales de primera línea** en el mundo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, de la innovación y del asesoramiento. Son expertos y asesores de la administración educativa, del INTEF, de universidades como la Universidad Internacional de la Rioja, la Universidad Autónoma de Madrid y de la Universidad Antonio de Nebrija. En particular la Universidad Autónoma participa en el programa a través del plan específico de formación y acompañamiento para profesores orientado a facilitar el diseño e implantación de proyectos de innovación tecnológica en los centros y para mejorar la competencia digital docente.

El programa CET aporta valor añadido al proyecto de innovación tecnológica del colegio Alkor haciéndolo diferente y sobre todo muy eficaz a la hora de acometer los retos que tenemos por delante.

Escanea para ver nuestra iniciativa Chromebook, que se enmarca en este programa.



Miguel Ángel González López
Director
del Colegio Alkor

Integramos lenguaje y contenido en inglés

¿Es posible integrar el lenguaje y el contenido en el aprendizaje de los más pequeños? Esta es la forma en que lo llevamos a cabo en la Escuela Infantil Alkor.

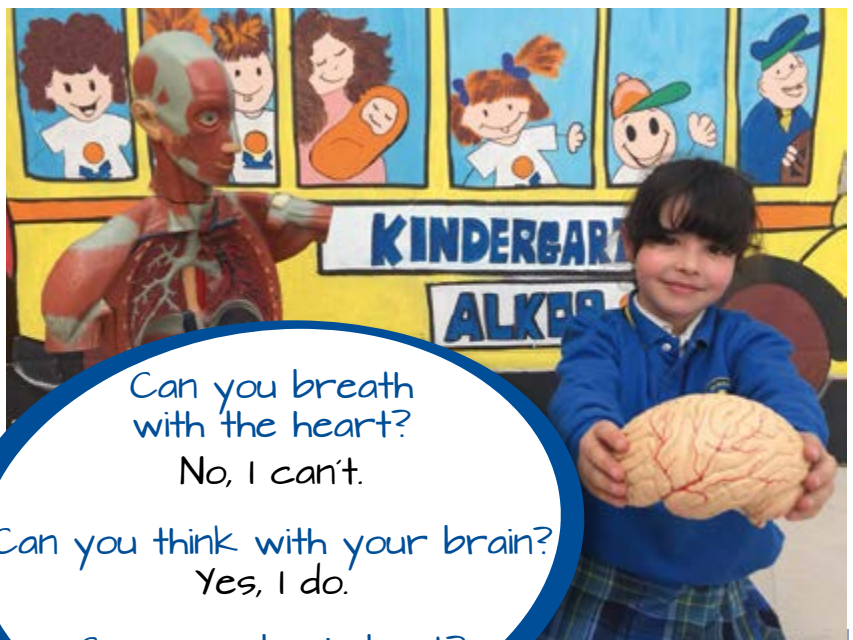
El hecho de trabajar el contenido de una materia en otra lengua supone un mayor esfuerzo a la hora de comprender y de crear conocimiento, lo cual implica que el aprendizaje se debe realizar desde varias perspectivas.

Inmersión lingüística más profunda

Nuestros alumnos de cinco años están aprendiendo los órganos: heart, lungs and brain (el corazón, los pulmones y el cerebro) y sus funciones a la vez que han aprendido a relacionar los verbos: beat, breath and think (latir, respirar, pensar) con cada uno de ellos.

"El aprendizaje se convierte en una experiencia que se vive"

En cuanto al lenguaje nos hemos centrado en que dominen **el verbo can** (poder) y lo relacionen con los verbos y los órganos previamente mencionados. De esta manera, el aprendizaje de otro idioma se convierte en **una experiencia que se vive**. Ello hace posible que los niños vean el bilingüismo y la multiculturalidad de forma positiva. Así conseguimos una inmersión lingüística más profunda que les ayuda a procesar la lengua extranjera.



Can you breath with the heart?

No, I can't.

Can you think with your brain?

Yes, I do.

Can your brain beat?

No, it can't.



Si quieres más información del proyecto, escanea el código.



Silvia Rodríguez
Coordinadora de bilingüismo en Infantil y Primaria.

NUESTRO RETO

Otorgar la misma importancia a los contenidos de una materia y a los contenidos lingüísticos de la lengua extranjera. Para conseguirlo buscamos el equilibrio entre las competencias que requieren las áreas trabajadas, y a la vez, el perfeccionamiento de las competencias lingüísticas del inglés.



Un nuevo modelo para evaluar las destrezas



Siguiendo los criterios de calidad y mejora continua, la última ley educativa introdujo una nueva herramienta para la evaluación del alumno: los estándares de aprendizaje evaluables.

La labor educativa es siempre compleja y cambiante puesto que se encuentra en permanente revisión y acomodación a la realidad de los alumnos, de las familias y de la demanda social. Nuestra tarea formativa busca, además, desarrollarse sobre criterios de calidad y de mejora continua.

Los estándares de aprendizaje evaluables

En este ánimo de investigación, desarrollo y mejora, la última ley educativa introdujo una nueva herramienta para la evaluación de nuestros alumnos: **los estándares de aprendizaje evaluables**. Estos estándares son una concreción de lo que el alumno debe “saber, saber hacer y saber ser” en cada una de las asignaturas. Los estándares orientan, por tanto, el **aprendizaje competencial** y facilitan su evaluación. Permiten evaluar los niveles de logro en la adquisición de las diferentes competencias clave que los alumnos deben adquirir a lo largo de su formación.

Los estándares de aprendizaje evaluables articulan los modelos de evaluación y son, además, el eje de las evaluaciones finales de 3º EP, 6º EP y, posteriormente, 4º ESO y 2º Bach. Estas pruebas, así como en las evaluaciones internacionales (TIMSS, PISA, etc.), ponen en juego la capacidad de nuestros alumnos de **analizar, razonar, resolver e interpretar problemas en un contexto en particular**.

Para conseguir que la evaluación forme parte del proceso de aprendizaje y de adquisición, por parte de nuestros alumnos, de las diferentes competencias, resulta fundamental que les demos la retroalimentación adecuada.

"Conseguimos que la evaluación forme parte del proceso de aprendizaje de los alumnos"

Al fin y al cabo, la evaluación consiste precisamente en dar información al alumno sobre cómo marcha su proceso de aprendizaje. **Una información lo más precisa posible sobre el nivel de logro de las diferentes destrezas expresadas en los distintos estándares evaluables mostrados en cada uno de los instrumentos de evaluación utilizados.**

Evaluación completa

Con esta forma de evaluar más completa y objetiva nos encontramos con que, por ejemplo, en vez de conocer simplemente que un alumno va “bien” o “notable” en Lengua, ahora sabremos que es brillante en cuanto a su manera de expresarse oralmente, que tiene una muy buena comprensión tanto oral como lectora pero, a su vez, que debe mejorar su expresión escrita y, desde luego, debe trabajar más la ortografía. Toda esta información es mucho más rica que una simple

nota global. Además, por otra parte, es muy importante que acostumbremos a los alumnos, desde el colegio y desde casa, a que vean la evaluación como la información que les otorga la gran oportunidad de mejorar y progresar en su ritmo personal de aprendizaje.

También es importante resaltar que esta forma de enfocar la evaluación no implica una modificación en los niveles de exigencia académica. Los objetivos, contenidos y criterios de evaluación son siempre los que marca la administración educativa en su primer nivel de concreción curricular y no se ven alterados por la presencia de los estándares de aprendizaje evaluables. Sin embargo, estos estándares, sí permiten, como ya hemos visto, **identificar con claridad las fortalezas y las necesidades** que tenga el alumno a nivel conceptual, procedimental o actitudinal orientando así mucho mejor la labor docente hacia la potenciación de dichas fortalezas y al trabajo de las necesidades detectadas.

La evaluación adecuada de las diferentes destrezas recogidas en los distintos estándares exige, por tanto, elegir el instrumento de evaluación idóneo.



Santiago García-Faure
Director de
Primaria

Qué opinan los alumnos del Bachillerato Dual Americano

Este curso hemos inaugurado el Bachillerato Dual con once alumnos. Hemos preguntado a algunos de ellos sus impresiones acerca de esta nueva modalidad de estudio. Y esto es lo que nos han contestado.

Dos son las asignaturas sobre las que están trabajando: **Inglés**, con tres niveles; y **Life Management Skills**. La primera les está ayudando a mejorar su nivel de idioma. Y la segunda les ha resultado toda una experiencia que están sabiendo aprovechar.



Guillermo Estebarán
3º ESO

“Estoy aprendiendo mucho inglés con profesores americanos. Es cierto que son más exigentes a la hora de aprobar porque se necesita mínimo un 6. Y en el curso tienes que alcanzar una media de 7 para poder seguir. Hay que dedicarle tiempo y ser constante con el trabajo. Eso sí, te permite planificarte e ir entregando trabajos con anterioridad, si sabes que vas a tener semana de exámenes en clase, o te vas a ir de viaje. Así estás más tranquilo”.



Sara Fernández
3º ESO

“Es una oportunidad para mejorar no solo tu nivel de inglés sino muchos otros aspectos. La asignatura de Life Management Skills nos ayuda a ser más autónomos y eficientes con el trabajo. Te enseña a ponerte metas efectivas, organizar tu tiempo... Y también avanzamos en gramática: nos enseñan a realizar informes formales e informales, a resumir de forma eficiente, a escribir tramas de libros... Creo que son trabajos que nos van a ayudar en el futuro”.



Diego Román
3º ESO

“El Bachillerato Dual es una oportunidad para mí porque me está ayudando a mejorar mi inglés, practicándolo. Y eso me sirve también para las asignaturas del colegio español. Además te ayuda a mejorar como persona porque toca temas actuales para nosotros. Y te sirve para planificarte mejor, porque tienes que estar trabajando doble, además de con las asignaturas de nuestro curso normal. Pero te da libertad para planificarte el trabajo y las entregas”.



En el comedor, calidad 100% asegurada



Recibimos a diario el género: carne, pescado, fruta...
Nuestros proveedores nos los sirven cada mañana.

Porque en nuestra cocina no entran los platos
precocinados: todos son preparados en el día.



Fruta de temporada cada día, y es obligatorio
comerla: los monitores vigilan que esto ocurra.

Preparamos ensalada fresca a diario: lechuga,
tomate, zanahoria, maíz, atún y aceitunas.



Ofrecemos dos opciones de verdura: en puré o
cocinada entera, para que el alumno elija.

Si hay algún rebozado, siempre es preparado
por los cocineros: pescado, escalope...



La leche se ofrece a todos los alumnos cada día.

A partir de 4º de Primaria, dos opciones a elegir cocinadas
de forma diferente, pero con los mismos ingredientes.



Si el alumno lo desea, y siempre que haya comido el 1º
y 2º plato, puede repetir tantas veces como quiera.

Los menús son elaborados por un dietista. Así aseguramos
el aporte diario de nutrientes para la edad del niño.



Cómo organizar los deberes y el estudio

La rutina le será muy útil para establecer el hábito de estudio. Estos consejos le servirán a estudiar y hacer los deberes de manera más eficaz.

Utiliza un calendario



Coloca un calendario de **actividades/ tareas** de la semana en un lugar visible y accesible con el fin de que las incorpore a su rutina y así le resulte más sencillo llevarlas a cabo.

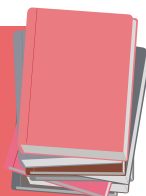
Divide las tareas

Hay que proporcionarles los **deberes divididos en pasos** (y ayudarles a que aprendan a hacerlo solos). Enséñale a seleccionar lo más importante de cada tarea a realizar, le ayudará a centrarse.



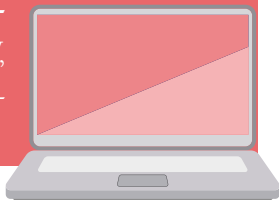
Apóyale

Aunque les estemos dando **cierto grado de autonomía** en la realización de los deberes para fomentar su responsabilidad y que ganen confianza, debemos estar disponibles para ellos, mirándole o escuchando sus dudas en los momentos adecuados y oportunos.



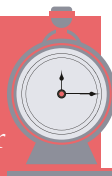
Prepara el espacio

Déjalo libre de **estímulos distractores** (TV, videojuegos, etc.).



Que realice descansos

Es necesario introducir **pequeños descansos** entre tareas para conseguir mantener el nivel de esfuerzo durante éstas.



Ayúdale a organizarse



Cuando llegue la hora de hacer los deberes, **ayúdale a planear** cómo hacer la tarea, a calcular cuánto tiempo les costará hacerla, qué parece más fácil y qué puede resultar más difícil.

Dale refuerzo positivo

Déjale **claro qué conseguirá** si concluye la tarea en un tiempo prudencial que le marquemos: irse más tarde a la cama el viernes, permitirle ver un rato la tele, etc. Alámbale cuando tenga éxito para que se sienta competente y aumente su motivación.

Si quieres leer más consejos, escanea el código.



Laura Luna y Eva Salguero
Departamento de Orientación Primaria



Creamos la liga Chupetín

Pioneros en la Comunidad de Madrid, somos el único colegio que es sede de la liga de fútbol sala para alumnos de 5 años.

En Alkor somos así. ¿Qué no existe?, pues lo creamos. Así lo hicimos el curso pasado cuando pusimos en marcha la liga Chupetín, para los **alumnos de 5 años** que querían jugar al fútbol sala, pero para los que no había organizada liga de forma oficial.

Y de 4 equipos iniciales en el curso 2017/18 (Alkor A, Alkor B, Villalkor y un invitado por partido), hemos pasado este curso 2018/19 a

12 equipos gracias a la demanda de otros clubes y colegios.

Sin competitividad

Alfonso Catalina, coordinador de las Escuelas Deportivas Alkor, lo corrobora: *“se pusieron en contacto con nosotros diferentes equipos porque querían participar en esta liga. A día de hoy somos 12 entre colegios y clubes deportivos. Es una liga que tiene como sede el Alkor, y se juega una jornada aquí, los viernes por la tarde, y otra en Villalkor”*. Una liga de carácter gratuito que tiene por finalidad que los más pequeños se vayan habituando a jugar con otros equipos. *“Estos niños el curso que viene sí jugarán en una liga municipal reglada, en Prebenjamines. Lo que*

queremos es que se habitúen a la normativa, a la disciplina deportiva, a distinguir al otro equipo... No queremos que haya competitividad entre ellos ni entre los padres”. Es por eso que todos los niños reciben medalla al finalizar la liga, y durante los partidos es habitual que los entrenadores entren en el terreno de juego para atar los cordones de las zapatillas de un jugador, o para colocarles correctamente.

“En fútbol sala a nivel de colegios esta liga Chupetín no la tiene ningún municipio de Madrid. Somos pioneros. Podemos decir con orgullo que ningún otro centro educativo tiene como sede una liga Chupetín en toda la Comunidad de Madrid”, destaca Alfonso.

Y en Femenino, también pioneros

Ya lo contamos el curso pasado: Alkor ha creado la liga femenina en categoría Benjamín y Alevín (3º, 4º, 5º y 6º de Primaria) en la que juegan cuatro equipos: Alkor, Alcorcón, GSD Las Suertes de Madrid y Fernández de los Ríos.

Al igual que la liga Chupetín, los partidos se disputan los viernes por la tarde de forma alterna.



Prevenir el Rotavirus

El rotavirus es una enfermedad altamente contagiosa que afecta a casi todos los niños en los primeros 5 años de vida. La vacuna les protege.



Qué es

Se trata de un virus que provoca gastroenteritis asociada a diarrea severa grave. Es una enfermedad **muy contagiosa**: sólo se necesitan 10 partículas de virus para infectar y causar la enfermedad.

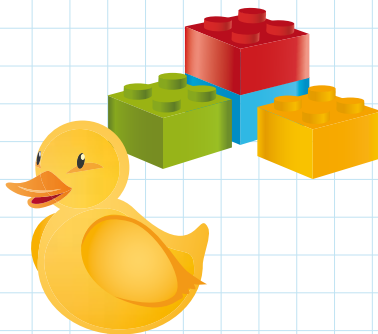
A quién afecta

De forma más severa, a niños prematuros o nacidos con bajo peso, ya que son más vulnerables. Y principalmente entre los 6 y los 24 meses de edad. Se estima que prácticamente todos los niños en los **primeros 5 años de vida** padecerán gastroenteritis por rotavirus.



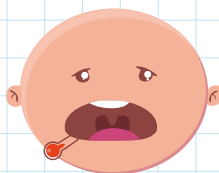
Cómo se contagia

Por vía fecal-oral. Puede sobrevivir hasta 10 horas **en objetos** como juguetes o utensilios. Y al menos 4 horas en las manos.



Sus síntomas

Diarrea líquida que puede estar acompañada de vómitos, fiebre o dolor abdominal.



Como consecuencia, provoca deshidratación, desequilibrio electrolítico, pérdida de peso y, en algunos casos, **ingreso hospitalario**. En el mercado existen dos vacunas.

Así se previene

Las medidas higiénicas habituales no son suficientes para proteger frente a la enfermedad. Hay dos vacunas comercializadas en España: *Rotarix®* y *RotaTeq®* y no están financiadas por el sistema sanitario público, por lo que hay que pagar su precio íntegro en las oficinas



de farmacia y **conservar la vacuna en nevera** hasta su administración. En cualquier caso, debe ser un médico quien indique la vacunación.

Más información:

enfamilia.aeped.es/prevencción/vacuna-rotavirus



Dr. Julio Fructuoso Segovia
Médico de familia.
Doctor del Colegio Alkor



ESCUELA INFANTIL ALKOR



Tu hijo, nuestro proyecto de futuro



PUERTAS ABIERTAS
Inscríbete en la web



Escanea para
conocernos



www.colegioalkor.com