

TURNOS ACTIVIDAD

La actividad se desarrollará desde el 3 de octubre de 2022 hasta el 2 de junio de 2023 y se fraccionará en tres turnos:

- 1.º turno del 3 de octubre de 2022 hasta el 21 de diciembre de 2022.
- 2.º turno del 9 de enero 2023 hasta el 31 de marzo 2023.
- 3.º turno del 11 de abril 2023 hasta el 2 de junio 2023.

NORMAS GENERALES

Modo de solicitud: la solicitud de grupo de actividad de deportes o cultura para el curso 2022-2023 se formalizará mediante la presentación del formulario (solicitud grupos), debidamente cumplimentado, y **conformado por el Ayuntamiento** donde esté proyectada la realización del curso o taller.

El modelo de formulario puede descargarse de la página web de la Comarca Hoya de Huesca | Plana de Uesca (www.hoyadehuesca.es), o solicitarlo en su ayuntamiento.

Es **muy importante** rellenar este formulario haciendo constar toda la información: la actividad a desarrollar, localidad, día de semana y horario preferente de realización, nombre, apellidos, teléfono y correo electrónico del representante y listado de miembros solicitantes del grupo, acorde a los mínimos establecidos.

Se pueden solicitar cuantas actividades interesen (siempre en un formulario específico para cada actividad) aunque el número de talleres y cursos puede verse limitado por los criterios establecidos desde el Área de Cultura y Deportes.

Durante las semanas del 19 de septiembre al 1 de octubre se organizarán los horarios y las jornadas de trabajo según los datos recibidos en las semanas de solicitud o pre-inscripción.

Plazo de solicitud: del 1 al 18 de septiembre 2022.

**INSCRIPCIONES
DEL 1 AL 18 DE SEPTIEMBRE
DE 2022**

Más información

Comarca Hoya de Huesca | Plana de Uesca
www.hoyadehuesca.es

DEPORTES

deportes@hoyadehuesca.es
974 275 107 • 974 275 108

CULTURA

cultura@hoyadehuesca.es
974 275 109 • 974 275 110

 **hoya de huesca**
Comarca Hoya de Huesca • Plana de Uesca

PRECIO

El coste de la actividad para cada usuario, según tarifa vigente para 2022-2023, se indica en cada curso o taller. El pago de esta actividad será siempre por turno completo.

A las tarifas de los cursos que se realicen en sábado o domingo se les aplicará un incremento del 25%. La realización de talleres en fin de semana estará supeditada a la disponibilidad de infraestructuras, personal y horarios.

Los pagos se efectuarán con el turno vencido y el servicio prestado.

En caso de que, por causas ajenas al usuario, no se pudiera realizar un mínimo del 30% de las sesiones programadas para cada turno, la cuota de ese trimestre no se tramitará. Por encima de este porcentaje de sesiones impartidas o con disponibilidad de ser impartidas, el cobro del turno será íntegro o, en su caso, proporcional al número de horas impartidas o con disponibilidad de impartición.

LUGAR DE PRESENTACIÓN

Las solicitudes, debidamente cumplimentadas, deberán ser entregadas desde los ayuntamientos en el Registro electrónico de la Comarca Hoya de Huesca | Plana de Uesca a través de la sede electrónica en el trámite previsto para ello.

CRITERIOS DE SELECCIÓN

Para que la actividad se pueda realizar se tendrán que cumplir los mínimos de participantes exigidos.

El orden de entrada de las solicitudes hasta cumplir los mínimos para que un grupo de actividad se pueda realizar será el

critério preferente de puesta en marcha de una actividad, aunque se tomarán en cuenta factores de distribución territorial, optimización del traslado del profesorado, consolidación de grupos, reparto equitativo de cursos y acceso al conjunto de la población. Aquellas solicitudes que no reúnan, en el momento del cierre del plazo de inscripción, el número mínimo suficiente de integrantes para la constitución de un grupo, serán postpuestas y quedarán en reserva a la espera de disponibilidad de plazas y de la consecución del número mínimo de integrantes.

En caso de disponer de cupo de actividad en la oferta podrán atenderse aquellas otras solicitudes que se presenten fuera de plazo o incluso de forma sobrevenida al inicio del curso, aunque supeditadas a las disponibilidades de fechas, horarios y otras condiciones resultantes tras la adjudicación y formalización de la inscripción de los grupos que solicitaron en tiempo y forma.

CONCENTRACIÓN DE ACTIVIDADES Y GRUPOS

Bajo el principio de optimización de recursos, la Comarca Hoya de Huesca | Plana de Uesca se reserva la capacidad de proponer la unificación de dos o más grupos de actividad de la misma materia, siempre que las localidades donde se impartían las clases de estos grupos a reunir se encuentren en un radio de distancia igual o inferior a 10 kilómetros. Dado el caso, se buscaría un lugar equidistante o se propondría el desarrollo itinerante de la actividad en las diferentes localidades de los grupos unificados. Esta opción solo se aplicará en el caso de no poder atender la demanda de servicio y actividad.

Para aquellos grupos que no alcancen el mínimo de inscripciones necesarias para su activación o que, en el transcurso del curso, se quedan por debajo de los límites de participación,

la Comarca podrá proponer la integración de estos usuarios en un grupo de la misma actividad en localidad más próxima donde se imparta. Por este motivo, para aquellas solicitudes que no alcancen los mínimos necesarios para la constitución del grupo, hagan constar su disponibilidad a trasladarse para desarrollo del taller.

CONDICIONES E INFORMACIONES DE INTERÉS

Como norma de referencia, los cursos y talleres de Deportes y Cultura seguirán y, en su caso, adaptarán el calendario escolar fijado por el Gobierno de Aragón para Educación Primaria en la ciudad de Huesca. Para el caso de Educación de Adultos, el calendario será el oficial establecido para estas enseñanzas.

Es condición necesaria la disponibilidad de espacio, suficiente y debidamente acondicionado, para la realización de la actividad. El ayuntamiento es responsable de poner a disposición de la actividad este espacio, así como de su apertura, cierre y, en su caso, mantenimiento y limpieza. Se evitará en la medida de lo posible el uso de aseos, vestuarios y zonas comunes. El ayuntamiento deberá realizar tareas de limpieza y ventilación periódica de las instalaciones.

La falta de disponibilidad de espacio para el desarrollo de la actividad, sin encontrar de forma inmediata otro alternativo que cumpla con las condiciones mínimas necesarias, será motivo de suspensión de la prestación del servicio. Este espacio será accesible para todos los integrantes del grupo, así como para aquellas personas que se inscriban a esta actividad hasta completar el número máximo permitido, siempre teniendo en cuenta las condiciones de aforo.

Algunas actividades ofertadas precisan para su desarrollo de equipamientos específicos (p.e. ordenadores, conexión a Internet, espacio de almacenaje, steps, fitballs...) En caso de requerirse y no poder dar solución a estas demandas, la solicitud quedaría en reserva.

En una misma localidad, no podrán realizarse dos actividades iguales mientras el cupo máximo de participantes inscritos no se vea superado. En caso de que se concediese un desdoblamiento y a lo largo del curso el número total de participantes, inscritos y al corriente de pago, se situara por debajo del número establecido como máximo de componentes del grupo de actividad se procedería a la suspensión del grupo menos numeroso y se reunirían los grupos desdoblados en uno único.

Todos los participantes inscritos en alguna de las actividades programadas dispondrán de un seguro de accidentes y lesiones atendiendo a las condiciones específicas del seguro.

Para quienes participen en los cursos y talleres deportivos se recomienda la realización de un reconocimiento médico previo.

El Área de Cultura y Deportes de la Comarca Hoya de Huesca | Plana de Uesca se reserva el derecho de modificar horarios y jornadas por necesidades del servicio, así como de suspender cualquiera de las actividades. **En especial, este derecho puede ser de aplicación** cuando el número de participantes al corriente de pago se sitúe por debajo del límite inferior de inscritos establecidos para cada curso o taller, **cuando no pueda asegurarse las condiciones mínimas de seguridad e higiene o cuando no se disponga de personal cualificado para el desarrollo de la actividad.**

CURSOS Y TALLERES DEPORTES Y CULTURA 2022-2023



 **hoya de huesca**
Comarca Hoya de Huesca • Plana de Uesca

1.º turno del 3 de octubre de 2022 hasta el 21 de diciembre de 2022

2.º turno del 9 de enero 2023 hasta el 31 de marzo 2023

3.º turno del 11 de abril 2023 hasta el 2 de junio 2023

www.hoyadehuesca.es

DEPORTES

Duración: como norma general, las actividades tienen una duración de **curso completo**, integrado por los tres turnos que se indican al inicio del folleto.

Sesiones: las actividades están pensadas para realizarse **dos días a la semana**, pero en circunstancias especiales pueden solicitarse más o menos días aplicándose en todos los casos la cuota proporcional.

Participantes: el número mínimo de participantes será siempre de **OCHO personas** para iniciar la actividad.

Otras actividades deportivas: en el caso de las actividades que no aparecen en la relación remitirse al apartado que aparece en el folleto **"Otras actividades deportivas y culturales"**.

Actividades para ADULTOS

DESTINATARIOS: MAYORES DE 16 AÑOS

CONDICIÓN FÍSICA

Actividades variadas de cierta exigencia que tienen como objetivo la mejora física en todos sus aspectos; mejorar la fuerza, resistencia, agilidad, flexibilidad con una educación postural correcta, adecuándolo a la edad y características del grupo desde disciplinas diversas como deportes, juego, aerobic, zumba, pesas...

2 sesiones / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

PILATES

El método Pilates se basa en actividades físicas que se realizan de forma breve y que se basan, fundamentalmente, en la fuerza. Su objetivo principal es reforzar la musculatura y aumentar el control, fuerza y flexibilidad de nuestro cuerpo.

2 sesiones / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO / GERONTOGIMNASIA

Con estas actividades básicas tratamos de **conservar** el cuerpo en forma, en todos sus aspectos. El objetivo es **mantener** una constitución flexible, ágil, mejorar la fuerza, con una educación postural correcta, conociendo y pudiendo controlar el trabajo realizado por el cuerpo adecuándolo a la edad y características del grupo siempre desde la parti-

cipación activa y la multidisciplinaridad.

2 sesiones / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

GIMNASIA POSTURAL / ESPALDA SANA

Esta actividad persigue el perfecto estado muscular y articular. La manera de conseguirlo será mediante la realización de **estiramientos** encaminados a corregir la postura y adoptar nuevos hábitos a la hora de colocar el cuerpo. La finalidad es lograr **reeducarnos** para no seguir haciendo que nuestros músculos y articulaciones se vean afectados por estos malos hábitos de colocación.

2 sesiones / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

YOGA

En este grupo de actividades haremos un sistema de ejercicios que busca que la persona logre **equilibrio y armonía** espiritual, todo ello mediante la meditación y una serie de ejercicios posturales y respiratorios que fortalecen el cuerpo y propician estados de **relajación**. El yoga ayuda al individuo a tener una relación más armónica con su cuerpo, a controlar su mente y emociones, así como a liberar el estrés.

2 sesiones / €		Duración de sesión: 90'	
1.º turno: 50,00 €	2.º turno: 54,00 €	3.º turno: 36,00 €	

Actividades para NIÑOS/AS

DESTINATARIOS: MENORES DE 16 AÑOS

ESCUELAS MULTIDEPORTE / PSICOMOTRICIDAD

Con estas actividades básicas tratamos de trabajar el desarrollo psicomotor, en todos sus aspectos, conociendo y pudiendo controlar el trabajo realizado por el cuerpo adecuándolo a la edad y características del grupo siempre desde la participación activa, el juego y el deporte de forma muy diversa con la diversión como base.

2 sesiones / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

PATINAJE

Actividad específica de patinaje trabajando con este elemento de formas diferentes con la diversión como base, pero tratando de mejorar sus destrezas.

2 sesiones / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

ESCUELA FÚTBOL SALA

Actividad específica de fútbol sala con la diversión como base, pero tratando de mejorar sus destrezas en este deporte.

2 sesiones / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

CULTURA

ARTES PLÁSTICAS Y APLICADAS

1 sesión / €		Duración de sesión: 120'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

Contenidos: por lo general, las técnicas y materias impartidas son adaptadas a las características y requerimientos del grupo, así como a la programación formativa fijada por la organización. No obstante, si el grupo es homogéneo y suficiente se pueden solicitar cursos con materias específicas. Entre las materias contempladas se oferta dibujo y pintura en distintos soportes, modelado de arcilla, construcción de objetos decorativos y reciclaje, pirograbado, fotografía y técnicas mixtas (collage, foto y pintura, foto y cosido...), cuero, talla en madera, cestería con papel reciclado, vidrio tratado al ácido, carpintería básica, jabones decorativos, restauración de muebles y arte...

Destinatarios: preferentemente dirigido a personas adultas (mayores de 16 años). Podrá concederse a grupos infantiles siempre que se constituyan como un grupo homogéneo y exista disponibilidad de profesorado y horarios.

Duración: como norma general, los talleres tienen una duración de **curso completo**, integrado por los tres turnos que se indican al inicio del folleto.

Sesiones: cada sesión tiene una duración aproximada de **120 minutos**. Las actividades están pensadas para realizarse con una periodicidad de **un día a la semana**.

Participantes: el número mínimo de participantes será de SEIS personas. El número máximo quedará determinado en cada grupo por las características del espacio en el que se desarrolle la actividad, así como por las medidas de seguridad sanitaria y las restricciones de aforo vigentes. En ningún caso, los grupos podrán superar los quince inscritos, salvo informe justificado y favorable por parte del docente responsable del grupo.

2 sesiones / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

INFORMÁTICA

1 sesión / €		Duración de sesión: 120'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

Contenidos: la oferta básica de cursos de informática es la siguiente: Informática Nivel Iniciación • Informática Nivel Usuario • Office (software libre) • Usos y herramientas de Internet (creación de webs, blogs, redes sociales, comunicación por IP...) • Manejo de móviles • Tramitación administrativa digital • Preparación para la obtención de la Acreditación Internacional Europea del Manejo del Ordenador (ECDL) • Redes sociales y comunicación IP • Robótica.

Otras opciones: se contempla la realización de otro tipo de cursos informáticos que no figuran en la relación precedente (manejo móvil para personas mayores, informática para agricultores, software específico, robótica...) que podrán tener duración especial (curso intensivo, seminario...). Estas opciones podrán ser solicitadas al Área de Cultura especificando propuesta, fecha, horario y número de participantes para estudiar las posibilidades de realización en función de la disponibilidad de monitores y horarios libres, así como establecer la cuantía de la cuota atendiendo al estudio de costes establecido por la Comarca.

Igualmente se contempla la posibilidad de establecer sesiones informáticas de apoyo en los diferentes grupos de actividad que se realicen durante el curso con el objeto de mejorar las posibilidades de aprendizaje a través del manejo de herramientas informáticas específicas. Estas sesiones se organizarán en función de las necesidades del grupo, las indicaciones de las profesoras y la disponibilidad de horarios y recursos del área para poder atender de forma equilibrada, en el territorio, las necesidades que se detecten.

Destinatarios: preferentemente dirigido a personas adultas (mayores de 16 años). Podrá concederse a grupos infantiles siempre que se constituyan como un grupo homogéneo y exista disponibilidad de infraestructura, equipos, profesorado y horarios.

Duración: como norma general, los talleres tienen una duración de **curso completo**, integrado por los tres turnos que se indican al inicio del folleto.

Sesiones: cada sesión tiene una duración aproximada de **120 minutos**. Las actividades están pensadas para realizarse con una periodicidad de **un día a la semana**, pero en circunstancias especiales puede modificarse el tiempo de duración de las sesiones aplicándose, en todos los casos, la cuota proporcional.

2 sesiones / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

Participantes: el número mínimo de participantes será de SEIS personas. El número máximo quedará determinado en cada grupo por las características del espacio en el que se desarrolle la actividad, así como por las medidas de seguridad sanitaria y las restricciones de aforo vigentes. En ningún caso, los grupos podrán superar los quince inscritos, salvo informe justificado y favorable por parte del docente responsable del grupo.

TEATRO

1 sesión / €		Duración de sesión: 90'	
1.º turno: 24,75 €	2.º turno: 27,00 €	3.º turno: 18,00 €	

Contenidos: el método se adapta a las características y necesidades de cada grupo, aunque se trabaja la competencia en comunicación lingüística y expresión gestual y corporal, habilidad social, comprensión lectora y adaptación de textos literarios, creatividad interpretativa, técnicas de proyección vocal, aceptación y conocimiento de uno mismo, hablar en público o técnicas escénicas auxiliares (decorado, atrezzo, vestuario, maquillaje...)

Destinatarios: todo tipo de usuario, desde la edad de escolarización. En los talleres infantiles de teatro es necesario que el grupo sea homogéneo en cuanto a edades y niveles. En todo caso, estos talleres infantiles de teatro tendrán como destinatario niños y niñas nacidos entre 2010 y 2015.

Duración: como norma general, los talleres tienen una duración de **curso completo**, integrado por los tres turnos que se indican al inicio del folleto.

Sesiones: la duración estándar de cada sesión de talleres de teatro es de **90 minutos**. Las actividades están pensadas para realizarse con una periodicidad de **un día a la semana**, pero en circunstancias especiales puede modificarse el tiempo de duración de las sesiones aplicándose, en todos los casos, la cuota proporcional.

Participantes: el número mínimo de participantes será de SEIS personas. El número máximo quedará determinado en cada grupo por las características del espacio en el que se desarrolle la actividad, así como por las medidas de seguridad sanitaria y las restricciones de aforo vigentes. En ningún caso, los grupos podrán superar los quince inscritos, salvo informe justificado y favorable por parte del docente responsable del grupo.

2 sesiones / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

DINAMIZACIÓN LECTORA Y CLUBS DE LECTURA

Contenidos: el libro, la lectura y la expresión literaria como centro de interés de reflexiones y adquisición de nuevos conocimientos.

Destinatarios: dirigido preferentemente a personas adultas, mayores de 18 años. Dependiendo de la disponibilidad de monitor y horario, pueden generarse grupos para jóvenes donde el grupo sea homogéneo.

Duración: como norma general, los talleres tienen una duración de curso completo, integrado por los tres turnos que se indican al inicio del folleto.

Sesiones: el número de sesiones es variable en función de las necesidades, posibilidades de horarios y recursos del área.

Precio: dada la versatilidad y diversidad de las sesiones, el coste de esta actividad tiene un precio 1,50 euros por hora impartida.

Participantes: el número mínimo de participantes será de OCHO personas. El número máximo quedará determinado en cada grupo por las características del espacio en el que se desarrolle la actividad, así como por las medidas de seguridad sanitaria y las restricciones de aforo vigentes. En ningún caso, los grupos podrán superar los quince inscritos, salvo informe justificado y favorable por parte del docente responsable del grupo.

CURSOS DE PROMOCIÓN Y EXTENSIÓN EDUCATIVA

1 sesión / €		Duración de sesión: 60'	
1.º turno: 33,00 €	2.º turno: 36,00 €	3.º turno: 24,00 €	

Opciones: Inglés • Francés • Inglés en la maleta (30 horas) • Francés en la maleta (30 horas) • Taller de lengua • Taller de matemáticas.

Los cursos de idiomas pueden ser anuales o cuatrimestrales en función de las necesidades de los grupos y las localidades.

ENSEÑANZAS A DISTANCIA Y OTRAS ACTIVIDADES EDUCATIVAS

Consultar con los profesores que imparten cualquier materia en la localidad o llamar al CPEA Miguel Hernández. Tel.: 974 24 15 04 www.epamh.es

CURSOS DE PROMOCIÓN SOCIAL

Cursos gratuitos

Opciones: Cursos de español • Entrenamiento y apoyo a la memoria • Curso básico de permiso de conducir • Enseñanzas iniciales (alfabetización y post alfabetización) • Preparación a la prueba DELE y CCESE (prueba obtención de nacionalidad española) • Cursos del Proyecto Mentor (formación online). Los cursos de español como lengua nueva pueden ser anuales o cuatrimestrales en función de las necesidades de los grupos y las localidades.

OTRAS ACTIVIDADES CULTURALES Y DEPORTIVAS

En todos los casos se contempla la realización de otro tipo de actividades culturales y deportivas que no figuran en la relación precedente o de estas mismas pensadas en formatos o duración diferentes (cursos intensivos, seminarios, demostraciones...). Estas podrán ser solicitadas a los Servicios de Cultura o Deportes especificando actividad, modalidad, horario y número de participantes para estudiar las posibilidades de realización en función de la disponibilidad de monitores y horarios libres, así como establecer la cuantía de la cuota atendiendo al estudio de costes establecido por la Comarca.

La comarca no puede comprometer la realización de estas actividades ya que la disponibilidad de monitores y personal docente es limitada.

También este curso se contempla la posibilidad de realizar cursos, talleres, seminarios de ámbito cultural, con duración determinada, que se irán ofertando como formación complementaria a lo largo del curso a través de los grupos de actividad, la página web de la Comarca (www.hoyadehuesca.es) o por mediación de los ayuntamientos.

Las solicitudes se atenderán en función de las demandas recibidas y de los recursos existentes en el Área.