

# Actividades Centro Columbretes

Curso: 2026/2027



# Programa de Aulas de Mayores

El programa “Aulas de Mayores” es un programa integral para personas mayores que aglutina una amplia gama de actividades educativas y propuestas socioculturales para la promoción personal y el cuidado de la salud.

## Módulo artístico-creativo

Promueve un espacio abierto a la creación que permite apreciar la importancia del lenguaje artístico como medio de expresión cultural, así como desarrollar la imaginación y la capacidad artística y estética de las personas participantes, tomando conciencia de las habilidades individuales.

## Módulo de ciencias y humanidades

Espacio abierto a la formación, con el objetivo de incrementar el nivel educativo y cultural de las personas participantes, mejorar las funciones cognitivas y adquirir conocimientos para el acceso y el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

## Módulo de desarrollo psicomotriz

Espacio para propiciar la correcta aplicación de la actividad motriz, y tomar conciencia de la importancia de la actividad física en las personas mayores.

# Temarios

## Informática nivel básico

1. Primeros pasos y organización: conocer y manejar las partes del ordenador
2. Internet: navegación y búsquedas
3. Crea documentos y guarda en carpetas
4. Gestiones administrativas online (ayuntamiento)
5. Introducción a la Inteligencia Artificial
6. Sincronizar dispositivos móviles
7. Correo electrónico: Gmail
8. Atajos del teclado

## Informática nivel medio

1. Google Drive
2. Gmail
3. Google y sus herramientas
4. Procesador de textos, excel, hacer diapositivas...
5. Diseño creativo: diseña tus tarjetas, invitaciones.
6. Trámites administrativos online
7. Uso de la IA
8. Uso de USB
9. Transferencia de archivos del móvil al ordenador y viceversa

## Informática nivel avanzado

1. Trámites administrativos y conexión móvil
2. Herramientas de Google
3. Diseño creativo
4. Domina tu Gmail
5. IA
6. Diseño y retoque fotográfico con programa de edición fotográfica.

## Manejo del móvil (Android)

1. Conoce tu móvil
2. Llamadas y contactos
3. WhatsApp
4. Cámara y Fotos
5. Uso de herramientas para el día a día
6. Seguridad
7. El código QR
8. Limpiar el móvil
9. Compartir ubicación
10. USB
11. ...Y mucho más

# Historia del arte

01

## Arte de la Antigüedad

Un recorrido por las grandes civilizaciones que sentaron las bases del arte occidental.  
Exploraremos:

**Egipto:** templos monumentales, tumbas, jeroglíficos, dioses y la simbología del más allá.

**Grecia:** el nacimiento de la belleza clásica, esculturas, mitología y arquitectura como el Partenón.

**Roma:** ingeniería, mosaicos, retratos realistas y edificios emblemáticos como el Coliseo.

Un viaje para comprender cómo estas culturas influyeron en nuestra forma de representar el mundo.

02

## Arte Medieval

Románico y Gótico

Descubriremos cómo el arte se transformó durante la Edad Media:

**Románico:** iglesias sólidas, muros gruesos, capiteles decorados y pinturas llenas de simbolismo.

**Gótico:** catedrales luminosas, vidrieras de colores, arcos apuntados y esculturas más expresivas.

Analizaremos cómo la espiritualidad y la vida comunitaria marcaron estas formas artísticas.

03

## Arte Moderno

Renacimiento y Barroco

Una etapa de grandes genios y cambios profundos:

**Renacimiento:** Leonardo, Miguel Ángel, Rafael... el retorno a la armonía clásica, la perspectiva y el humanismo.

**Barroco:** dramatismo, luz y sombra, emoción y movimiento con artistas como Caravaggio, Velázquez o Bernini.

Comprenderemos cómo el arte pasó de la serenidad a la intensidad.

04

## Arte Contemporáneo

Siglos XIX y XX

Un periodo lleno de revoluciones creativas:

**Impresionismo:** Monet y la pintura al aire libre.

**Expresionismo y Fauvismo:** el color como emoción.

**Cubismo:** Picasso y la ruptura de la forma.

**Arte abstracto:** Kandinsky, Mondrian.

**Pop Art:** Warhol y la cultura popular.

Exploraremos cómo el arte se volvió más libre, personal y diverso.

# Estimulación cognitiva

Ofrecemos dos niveles diferentes en función del **rendimiento cognitivo**, que es la capacidad de nuestro cerebro para procesar, entender la información y responder a las demandas del entorno.

1. Estimulación cognitiva agilidad baja
2. Estimulación cognitiva agilidad media.

## Diferencias

Tanto en la agilidad baja como en la media se trabajan los mismos procesos cognitivos nombrados anteriormente (atención, memoria y sus variedades, cálculo, funciones ejecutivas, etc ) lo único que cambia de un nivel a otro es el grado de dificultad de los ejercicios.

La metodología es activa, participativa combinada con ejercicios de trabajo individual. Actividades y ejercicios divertidos y amenos; con variedad de recursos (fichas de papel, material manipulativo, juegos,...)

## Esquema de clases

Generalmente la primera parte de la clase solemos hacer casi siempre ejercicios orales. En estas actividades trabajamos orientación (hablamos sobre fechas, meses, festividades), hacemos algunos ejercicios de cálculo mental sencillas, y trabajamos mucho el lenguaje y vocabulario. También hacemos ejercicios de memoria y depende de si queremos trabajar la memoria más inmediata o un poco más lejana se vuelve a preguntar un poco más tarde o al final de la clase para ver que recuerdan.

Posteriormente hacemos ejercicios escritos en la libreta de ese modo practican la escritura e intentamos controlar las faltas de ortografía.

Y por último solemos hacer ficha de lápiz y papel en la que cada alumno trabaja ya de modo individual y a su ritmo en función de su rendimiento cognitivo.

# Escritura creativa

En el curso de escritura creativa aprenderemos a escribir relatos. Las clases tendrán una parte teórica y otra práctica, porque la mejor manera de aprender a escribir es escribiendo.

Una oportunidad para que empecemos a escribir y a compartir nuestras propias historias, analizándolas en clase. Además, si te gusta leer este taller te ayudará a leer de otra forma, porque conocerás los entresijos que utilizan los escritores y tu lectura será mucho más rica.

## Teoría

Hablaremos sobre los elementos que usamos para construir las historias:

- **Personajes:** aprenderemos cómo se construyen los personajes y la forma de mostrarlos al lector.
- **Trama:** conoceremos la estructura básica de la trama (planteamiento, nudo y desenlace).
- **Puntos de vista:** las historias cambian mucho según desde donde las contemos.
- **Manejo del tiempo:** podemos contar una historia comenzando por el principio o por el final. De forma ordenada o desordenada.

## Práctica

Haremos propuestas de escritura y quien quiera podrá traer sus propios relatos para que los leamos en clase. Juntos, los analizaremos y discutiremos cómo se pueden mejorar.

# Nuevas tecnologías e IA

**Tema 1: Qué es la IA generativa y por qué no es magia, sino un asistente a tu servicio.**

**Tema 2: Dominar la interfaz de ChatGPT y Gemini.**

**Tema 3: El arte de conversar con la máquina.**

**Tema 4: Redactar sin esfuerzo**

**Tema 5: Traducir y resumir textos.**

**Tema 6: Organización doméstica.**

**Tema 7: Viajar desde el teclado**

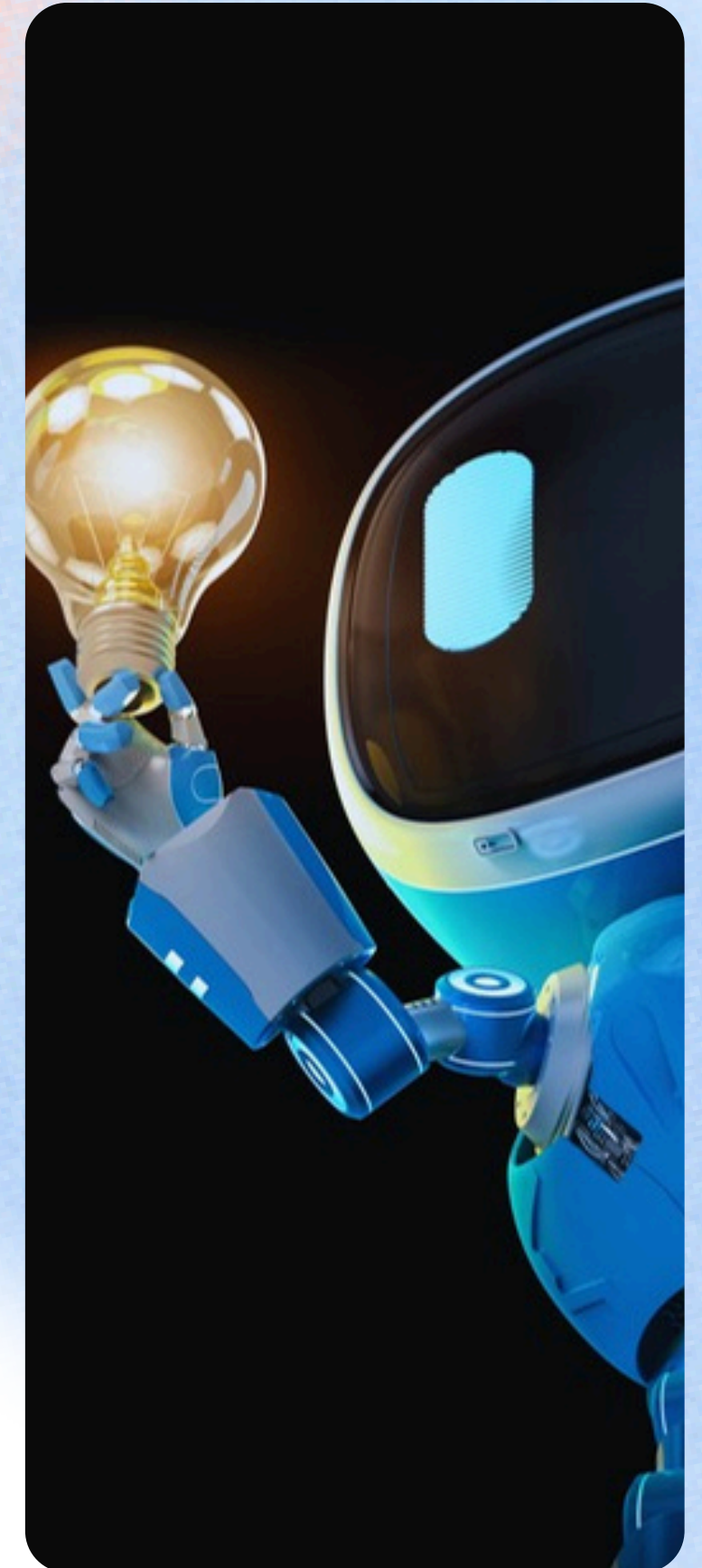
**Tema 8: Tu club de lectura.**

**Tema 9: Creación de imágenes artísticas desde cero mediante descripciones de texto sencillas.**

**Tema 10: Creación de postales digitales, carteles para asociaciones o invitaciones exclusivas.**

**Tema 11: Aprender a identificar noticias falsas**

**¡Y mucho más!**



## a. Iniciación

Para personas que nunca han estudiado inglés o que empiezan desde cero. No se requieren conocimientos previos.

Al finalizar el curso, los alumnos serán capaces de :

- Presentarse y presentar a otras personas.
  - Dar información personal básica.
- Hablar de su rutina diaria y actividades habituales.
- Describir personas, lugares y objetos con vocabulario sencillo
  - Expresar gustos y preferencias.
- Comprar en una tienda o pedir comida y bebida utilizando expresiones básicas.
- Mantener conversaciones breves sobre temas cotidianos.

## b. Básico

Para quienes conocen lo más elemental del idioma: saludos, presentaciones, números y algunas estructuras sencillas.

Al finalizar el curso seremos capaces de:

- Mantener conversaciones sencillas sobre temas cotidianos.
- Describir personas, lugares y acontecimientos con mayor detalle.
- Expresar opiniones y preferencias de forma básica, justificándolas brevemente.
- Desenvolverse en situaciones habituales como viajar, hacer compras, reservar un hotel o preguntar por direcciones.
  - Explicar rutinas y hábitos .
- Hablar de experiencias pasadas utilizando frases simples.

## e. Avanzado

Para personas con buen dominio del inglés que desean perfeccionar su expresión oral y escrita, ampliar vocabulario y desenvolverse en conversaciones más complejas.

Los objetivos de este curso serán:

- Hablar con mayor fluidez y naturalidad en conversaciones, debates y presentaciones sobre temas variados.
- Ampliar el vocabulario con expresiones idiomáticas, phrasal verbs y lenguaje propio de contextos profesionales y académicos.
- Perfeccionar la gramática avanzada, eliminando errores frecuentes y ganando precisión al expresarse.
- Mejorar la comprensión oral y escrita mediante el trabajo con materiales auténticos como podcasts o artículos.
- Ganar confianza para comunicarse en situaciones reales , utilizando el inglés de forma espontánea y eficaz.

# Inglés

## c. Preintermedio

Para quienes pueden mantener conversaciones sencillas sobre temas habituales y entienden textos y audios básicos, aunque todavía cometen errores con frecuencia.

El objetivo al finalizar el curso será:

- Mantener conversaciones sobre temas cotidianos con mayor fluidez.
- Hablar de experiencias pasadas, planes futuros y objetivos personales.
  - Expresar opiniones, preferencias y dar razones sencillas.
- Comprender conversaciones y textos sobre situaciones habituales.
  - Escribir textos breves con claridad.
- Ampliar el vocabulario y ganar confianza para comunicarse en inglés.

## d. Intermedio

Para quienes se comunican con cierta soltura en situaciones cotidianas, comprenden la mayor parte de conversaciones habituales y desean ganar fluidez y ampliar vocabulario.

Al finalizar el curso el alumnado será capa de :

- Participar en conversaciones sobre una amplia variedad de temas.
- Expresar y defender opiniones, describir experiencias y contar historias.
- Comprender la información principal de conversaciones, videos y textos.
- Utilizar con mayor precisión los tiempos verbales y estructuras más habituales.
  - Escribir textos organizados.
- Comunicarse con mayor independencia en viajes, trabajo y situaciones cotidianas.