

CLASES EXTRAESCOLARES COUSIÑAS 2026/2027

HORARIOS EXTRAESCOLARES 2026-2027

Grupo **MINICHEF**: 5º Y 6º infantil (1 viernes cada 15 días)

Grupo **PEQUECHEF**: 1º, 2º primaria

Grupo **SUPERCHEF**: 3º y 4º primaria

Grupo **MASTERCHEF** : 5º primaria en adelante

LUNES :16:00-17:30 : **PEQUECHEF**

LUNES: 18:00-19:30: **SUPERCHEF**

MARTES: 16:00-17:30: **SUPERCHEF**

MARTES: 18:00-20:00:**MASTERCHEF**

MIÉRCOLES: 16:00-18:00:**MASTERCHEF**

MIÉRCOLES: 18:30-20:00: **PEQUECHEF**

JUEVES: 16:00-17:30 **PEQUECHEF-SUPERCHEF**

JUEVES: 18:00-20:00 **MASTERCHEF**

VIERNES: 16:00-17:30 **MINICHEF** (2 clases al mes)

*Consultar si os interesa otro horario diferente al de su rango de curso escolar.

Fecha comienzo curso 2026/2027

El curso dará comienzo la semana del **21 de septiembre**, ese mismo Lunes ya comenzamos.

Tarifas curso 2026/2027

Las mensualidades variarán en función del grupo de edad y tiempo de la clase.

En el email de cada mes os enviaremos información de los festivos que vayamos teniendo.

Clases de INFANTIL: habrá 2 grupos de minichef que tendrán clases los viernes alternos (iremos avisando vía email del día que le toca a cada grupo). El precio de las mensualidades varía en función del número de clases que le toque cada mes.

Los meses de Septiembre, Diciembre, Marzo y Junio, para compensar los festivos/vacaciones la mensualidad será de 30€ (1-4 primaria) y 35€ (+5º primaria)

- **PEQUECHEF Y SUPERCHEF (1º- 4º Primaria): 50€/mes (Septiembre, Diciembre, Marzo y Junio 30€)**
- **MASTERCHEF (5º primaria y ESO) : 60€/mes (Septiembre, Diciembre, Marzo y Junio 35€)**
- **Clases Infantil (5º y 6º infantil): 18€ la clase**

*En caso de que vengan hermanxs, aunque no coincidan en la misma clase tendrán un 10% de descuento en cada mensualidad (podéis consultar la opción de ponerlos en la misma clase aunque no pertenezcan al rango de edad marcado).

Pago mensualidades

El pago de las mensualidades se hará a través de domiciliación bancaria (necesaria hoja Sepa firmada) y se cargará a partir del día 5 de cada mes.

En caso de devolución del recibo se cobrarán 5€ a mayores el mes siguiente para cubrir la tasa impuesta por el banco.

En caso de baja de las clases extraescolares se debe dar **preaviso de 1 mes**.

Es necesario cubrir la hoja de domiciliación SEPA que se puede descargar a través de nuestra web.

Formulario matrícula

A través de la web www.cousiñas.es en el apartado "Extraescolares" podréis elegir la clase y horario de interés y rellenar el formulario para la matrícula. Tenéis una casilla de observaciones dónde agradecemos que nos anotéis si tiene alguna alergia o algún grupo de alimentos que no haya probado y que puedan causar alergia o intolerancia (por ejemplo mariscos), incluso alergia a alguna crema, aloe vera, tiritas.... También podéis indicarnos si padece alguna enfermedad, trastorno o cualquier información que debamos tener en cuenta.

Matrícula 2025/2026

El precio de la matrícula es de 90€ (incluye ropa de cocina y seguro médico) y se abonará a la hora de reservar la plaza para el curso a través de transferencia bancaria.

*En caso de que ya tenga la ropa de cocina del año pasado y no necesite una nueva únicamente serán 25€ por el seguro.

La Cuenta a la que se debe abonar la matrícula es la siguiente:

ES67 2100 1454 7902 0024 3708

Concepto: Matrícula + nombre y apellido del/a niñx

Beneficiario: Nieves Lorente

La matrícula debe abonarse en el momento en que se realice el formulario para poder reservar el horario indicado.

No se reservarán plazas hasta que no se haya recibido toda la documentación y el pago de la matrícula.

Dinámica del curso

A final de cada mes os enviaremos un email con información sobre lo que trabajaremos el mes siguiente y las recetas que haremos para que lo tengáis en cuenta a la hora de organizar el menú semanal. Os adjuntamos las recetas que ya hemos elaborado el mes anterior para que se las podáis imprimir en casa.

Crearemos también un grupo de whatsapp de cada clase a través del cual os enviaremos fotos/videos de los peques en pleno trabajo de cocina y nos servirá como canal directo para cualquier duda/problema.

*En caso de que no queráis ser añadidos necesitamos que nos lo comuniquéis previamente.

Cada semana haremos entre 1 y 3 recetas, os lo iremos comentando a través del email, para que lo tengáis en cuenta a la hora de los tupperes.

Filosofía

Las clases extraescolares de cocina de Cousiñas están diseñadas como un recorrido educativo anual, estructurado y con sentido pedagógico, que va mucho más allá del simple hecho de cocinar. A través de un **currículum planificado para todo el curso escolar**, lxs niñxs exploran recetas representativas de la **gastronomía española e internacional**, desarrollando su conocimiento del mundo y su cultura desde una perspectiva sensorial, lúdica y creativa.

Cada trimestre trabajamos distintos bloques temáticos, en los que se combinan la **técnica culinaria**, la **educación alimentaria** y la **exploración cultural**, adaptando los contenidos a la edad y necesidades del grupo.

Aprendizaje transversal e interdisciplinar

Nuestra propuesta se basa en una metodología interdisciplinar que utiliza la cocina como vehículo para integrar aprendizajes de distintas áreas del currículo escolar:

- **Matemáticas:** usamos medidas, proporciones, pesos, tiempos y fracciones en contextos reales.
- **Lengua y comunicación:** reforzamos la comprensión oral y escrita a través de la lectura de recetas, descripciones de platos y construcción de vocabulario específico.
- **Idiomas:** fomentamos el uso del inglés de forma natural, introduciendo términos y expresiones comunes del ámbito gastronómico. Además, gracias a la diversidad cultural de las recetas, es habitual la exposición a palabras y conceptos de otros idiomas como el italiano, francés, árabe o japonés.
- **Educación emocional y social:** promovemos el trabajo en equipo, la cooperación y la empatía. Cada clase se plantea como un entorno seguro donde se cuida el tono emocional, se fomenta el respeto mutuo y se practican habilidades de comunicación positiva.

Conciencia alimentaria

En Cousiñas, entendemos la cocina como una herramienta clave para formar consumidores críticos y responsables desde la infancia. Por ello, fomentamos una **concienciación activa sobre la alimentación**, abordando aspectos como:

- La importancia del equilibrio nutricional y la variedad en los platos.
- La procedencia de los alimentos y el respeto por los productos de temporada y proximidad.
- La relación entre lo que comemos, nuestra salud y el entorno.
- La conexión emocional y cultural que tenemos con los alimentos.

Este enfoque pretende construir una base sólida de hábitos saludables, sostenibles y conscientes, desde una mirada inclusiva y adaptada a su etapa evolutiva.

Desarrollo integral y motricidad

Cada actividad está diseñada para contribuir al **desarrollo motriz de lxs niñxs**, tanto a nivel de motricidad fina (cortar con seguridad, amasar, pelar, mezclar) como de coordinación y planificación de movimientos. La cocina se convierte en un entorno real y estimulante que potencia la autonomía, la atención y la autoestima.

Pedagogía y enfoque educativo

Nuestra escuela defiende firmemente un ambiente seguro, inclusivo y libre de prejuicios. Contamos con una política clara de prevención del bullying y promovemos la empatía, el respeto y la convivencia positiva en cada actividad, para que todos los niños se sientan valorados y acompañados en su desarrollo.

Días no lectivos

Os iremos avisando a través del email de los días que no tendremos clase de cocina.

Normas escuela

Para un mejor funcionamiento y dinámica os pedimos lo siguiente:

- En la medida de lo posible que vengan ya con la chaquetilla puesta o que les ayudéis a los más pequeños (ya que por logística si son muchos a los que tenemos que ayudar perdemos bastante tiempo).
- Marcar cada prenda de ropa con el nombre del peque (puede ser a bolígrafo por dentro).
- Traer una botellita de agua cada día.
- Cara verano: que vengan con tenis o zapato cerrado (ya que, con sandalias podemos tener más probabilidades de lesión).
- Traer cada día un par de tupperes, mejor de plástico o algún material que no se rompa en caso de que se caiga al suelo (si podéis escribirle con permanente o pegatina el nombre os lo agradecemos, sobre todo con los más pequeños).
- El horario de entrada y salida de clase es el indicado en las clases. Entre clase y clase estaremos organizando / limpiando la clase siguiente por lo que agradecemos que se cumplan los horarios. En casos puntuales por necesidades de lxs madres o padres podrán entrar antes o salir más tarde con previo aviso.

Sobre pagos:

- En caso de darse de baja en la actividad extraescolar debéis comunicarlo con un mes de antelación, para que podamos intentar cubrir esa plaza.
- El pago de la mensualidad o clases únicamente se devolverá en caso de enfermedad de larga duración que le obligue a perder varias clases.

Contacto

Si tenéis cualquier duda/ consulta podéis contactar con nosotrxs a través del 604088854 (si no respondemos a la llamada podéis enviarnos un whatsapp y os llamaremos más tarde).