



Actividades Extracurriculares - High School Primer Semestre, 2023-2024

¡Bienvenidos al Programa de Actividades y Deportes del Uruguayan American School! Hemos diseñado este manual para brindar a las familias y estudiantes una visión útil del Programa de Actividades Extracurriculares (ASA) y los procedimientos y políticas ofrecidas para el año escolar 2023-2024 en UAS. El Programa ASA ofrece una variedad de experiencias para que los estudiantes aprendan nuevas habilidades, socialicen y desarrollen un sentido de trabajo en equipo dentro de un entorno de apoyo. Cada actividad ofrece oportunidades apropiadas para la edad de los alumnos para explorar intereses personales. Por favor, háganos saber si tienen sugerencias o ideas para que el Programa ASA sea una experiencia positiva y gratificante.

[Nicolás Bruni](#)

Director de Actividades y Deportes

Información importante

Calendario

- Las actividades extracurriculares comenzarán el **lunes 14 de agosto** y terminarán el **viernes 8 de diciembre**.
- Para las actividades celebradas fuera del campus (natación, tenis, gimnasia), las actividades terminan unos minutos más tarde, a las 16:50, 17:00 o 17:10 (compruebe la descripción de cada actividad).

Durante las actividades

- Todos los alumnos deben traer sus propias botellas de agua.
- Los alumnos deben llevar la ropa adecuada (no vaqueros, polleras, crocs, etc).

Salida

- Hay servicio de transporte a las 4.40. Por favor, póngase en contacto con Eduardo (099 664 581) para el bus de Carrasco o Jorge (099 663 701) para el bus de Pocitos para coordinarlo.
- Los padres esperarán dentro del auto en el estacionamiento a los alumnos.





- Es responsabilidad de los padres recoger a sus hijos a la hora designada para las actividades que tienen lugar fuera del campus (Natación, Tenis, Gimnasia).

Comunicaciones

- Enviaremos todas las comunicaciones de ASA a través de la App de UAS. Por cualquier duda, pregunta o inquietud, siempre me pueden contactar a nbruni@uas.edu.uy

Proceso de inscripción

- Las Inscripciones en línea se llevarán a cabo durante los siguientes días/horarios:

Del viernes 4 de agosto al viernes 11 de agosto	Inscripción en línea La inscripción se abre a las 16:00 (4 de agosto) Cierre de inscripción a las 13:00 (11 de agosto)
Viernes 11 de agosto	Confirmación de Actividades Notificación a los padres a través de UAS App antes de las 6:00 PM

- La inscripción se realizará a través de un formulario de Google (enlaces disponibles luego de la planilla semanal de actividades)
- Para las actividades con un cupo máximo de participantes, las inscripciones se harán por orden de llegada. Una vez que alcancemos el cupo máximo y recibamos nuevas inscripciones, notificaremos a los padres que los alumnos quedarán en lista de espera.
- Algunas actividades necesitan un mínimo de participantes para poder llevarse a cabo. Si la actividad seleccionada no alcanza el mínimo requerido y se cancela, se lo notificaremos lo antes posible.





Costos y Pagos de Actividades

- Si su hija o hijo desea participar en fútbol, basketball, voleibol, Club Ambiental y/o Taller de Teatro, estas actividades no requieren el pago de una cuota.
- Para el resto de las actividades, la cuota de la actividad se deberá pagar directamente a la organización/instructor externo que dirija y organice la actividad. El instructor comunicará los detalles del pago.
- Los padres deberán realizar el pago completo antes de la cuarta sesión de actividades.
- Podemos considerar las primeras clases como pruebas, y estaremos encantados de ayudar si el alumno quiere cambiar la actividad seleccionada. Dicho esto, como los cambios en las listas crean diferentes complicaciones, después de la cuarta semana del programa del semestre, no se pueden garantizar los cambios. El cambio tendrá que ser solicitado al Director de Deportes y Actividades vía email y será aprobado o no dependiendo del número de alumnos en cada actividad.

Procedimientos para las actividades extraescolares

- Después de la escuela, los estudiantes se dirigirán a su aula/ubicación donde encontrarán a su líder de actividad.
- Los líderes de actividad tomarán asistencia e informarán a la Oficina de Actividades/Coordinador de Actividades.
- La puntualidad es muy importante para respetar el trabajo del entrenador/instructor y del resto de compañeros/participantes. Las llegadas tarde deben ser excepciones. Un alumno que llegue constantemente tarde a la actividad podría ser motivo de suspensión.
- Si por alguna circunstancia, los padres llegan tarde a recoger a su hijo, éste esperará en la Recepción o en la entrada principal.
- Si sabe que su hijo no participará en la actividad programada regularmente algún día (por ejemplo, cita con el médico), le rogamos que lo comunique a nbruni@uas.edu.uy y a hsoler@uas.edu.uy antes del mediodía.
- Salida: ningún alumno puede permanecer dentro del edificio después de las 18:00 horas, sin excepciones.
- Política de no cancelación: nuestro objetivo es tener tantas prácticas y actividades como podamos. Con esto en mente, intentamos no cancelar ninguna actividad. Por ejemplo, en días de lluvia, las prácticas de fútbol se llevarán a cabo en el interior. Asimismo, los días de salida anticipada de los alumnos, las actividades se desarrollarán con normalidad.





Actividades Semanales

		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábados
Varones	3:35	Equipo de Natación Fútbol Sala de Pesas Club Medioambiental NUEVO! Video Production Club	Basketball Volleyball Drama Club Sala de Pesas	Equipo de Natación Gimnasia Artística Volleyball Sala de Pesas MUN (lunch time)	Fútbol Sala de Pesas	Equipo de Natación Gimnasia Artística Volleyball Sala de Pesas NUEVO! TALLER DE GASTRONOMÍA	NEW! Tennis (9.00 at Scuola) NEW! Basketball Abierto (9.00) Volleyball (horarios a determinar de acuerdo a los partidos de la Liga)
	4:45	Fútbol Sala de Pesas	Basketball Sala de Pesas	Fútbol Sala de Pesas	Volleyball Sala de Pesas	Fútbol Volleyball Sala de Pesas	
Chicas	3:35	Equipo de Natación Fútbol Sala de Pesas Club Medioambiental NUEVO! Video Production Club	Volleyball Drama Club Sala de Pesas	Equipo de Natación Gimnasia Artística Basketball Fútbol Sala de Pesas MUN (lunch time)	Volleyball Sala de Pesas	Equipo de Natación Sala de Pesas Gimnasia Artística Fútbol NUEVO! TALLER DE GASTRONOMÍA	NEW! Tennis (9.00 at Scuola) NEW! Open basketball (9.00) Volleyball (horarios a determinar de acuerdo a los partidos de la Liga)
	4:45	Volleyball	Volleyball	Fútbol	Fútbol	Volleyball	





		Sala de Pesas	Sala de Pesas	Sala de Pesas	Sala de Pesas	Sala de Pesas	
--	--	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	--

<p>Para inscribirse en las actividades, rellene el formulario antes del 5 de agosto a las 13.00 horas.</p>	<p>High School Sign up Form</p>
--	---

Descripción de Actividades

BOYS & GIRLS SOCCER (Cancha de Fútbol) – Diego Varela, Juan Manuel Gómez, Diego Gutiérrez, Lucía Álvarez. Tanto Diego como Manuel han estado trabajando con nosotros durante muchos años, entrenando a nuestros equipos de fútbol en todos los niveles. Lucía se unió a nosotros el año pasado con gran éxito. Todos ellos son entrenadores certificados de fútbol. Nuestros equipos tienen como gran objetivo del semestre el torneo de fútbol SAAC, programado del 15 al 19 de noviembre en Santiago de Chile.

BASKETBALL MASCULINO (Gimnasio) – Jeff Granger y Guzmán Álvarez. El equipo masculino continuará jugando en la liga ADIC contra escuelas locales y se preparará para el Torneo de Baloncesto SAAC programado para el próximo semestre en Lima, Perú.

BASKETBALL FEMENINO (Gimnasio) - Florencia Somma y Sabina Bello. El equipo femenino jugará varios partidos contra escuelas locales y clubes deportivos, preparándose para el Torneo de Baloncesto SAAC programado para el próximo semestre en Lima, Perú.

VOLEIBOL FEMENINO (Gimnasio) – Rocio Rivas y Nichole Figarola. La Sra. Rocio, quien se unirá a nosotros este semestre, ha trabajado como Entrenadora Principal de Voleibol en Costa Rica y Austria. La Sra. Figarola es la profesora de educación física de Primaria en UAS y trabajó el año pasado como Entrenadora Asistente de nuestro equipo de chicas de Secundaria y de Voleibol de Primaria. El equipo continuará jugando los fines de semana como parte de la “Liga Metropolitana” contra otras escuelas y clubes locales. El torneo de Voleibol SAAC está programado del 29 de noviembre al 3 de diciembre en Curitiba, Brasil.

VOLEIBOL MASCULINO (Gimnasio) – Sebastián Antelo y Florencia De Maio. El Entrenador Antelo ha estado entrenando voleibol en diferentes niveles desde 2016, y actualmente es el Entrenador Principal en “Nacional”. La Entrenadora Florencia ha estado trabajando en UAS como entrenadora de voleibol desde el año pasado, tanto en niveles de Secundaria como de Primaria. El equipo continuará jugando los fines de semana como parte de la “Liga Metropolitana” contra otras escuelas y clubes locales. El torneo de Voleibol SAAC está programado del 29 de noviembre al 3 de diciembre en Curitiba, Brasil.



Tan pronto como las ligas programen estos partidos, compartiremos la información con los estudiantes y los padres a través de la Aplicación de UAS y el Viernes Flash. Debes saber que para los partidos locales, es posible que no tengamos confirmación del horario hasta unos días antes de los juegos.

EQUIPO DE NATACIÓN – Gustavo Gorriarán (Complejo Deportivo Naval: Lido 1676). El Entrenador Gustavo es un entrenador y socorrista muy experimentado, quien fue nadador representante de Uruguay en las Olimpiadas. Ha estado entrenando en UAS durante más de una década. Los estudiantes irán en el autobús escolar al Club. La salida será a las 3:40 PM desde la entrada del auditorio (es responsabilidad del estudiante estar en el autobús a tiempo para la salida). Las sesiones de entrenamiento se llevarán a cabo de 4:10 a 5:30 PM. La recogida debe ser a las 5:45 PM en el club. Este semestre tenemos programado el torneo de Natación SAAC del 29 de noviembre al 3 de diciembre en San Pablo, Brasil. El Entrenador Gustavo evaluará el nivel de habilidades de los nuevos nadadores antes de otorgarles un lugar en el equipo, ya que el grupo no es una escuela de natación. Los estudiantes pueden nadar una, dos o tres veces a la semana.

Costo: 19.950 pesos por semestre. Por favor, deposita la tarifa en cualquiera de las cuentas de UAS (información al final de este documento) e informa a la Oficina de Finanzas una vez completado.

Compartiremos información detallada sobre los torneos internacionales por separado.

SALA DE PESAS - Este espacio está reservado solo para estudiantes de Secundaria. La seguridad y las buenas prácticas son esenciales para esta actividad; por lo tanto, si los estudiantes planean usar este espacio, tendrán que registrarse utilizando el formulario de inscripción para que el Departamento de Atletismo pueda supervisarlos. Los estudiantes que no estén registrados no podrán usar la sala de pesas después de la escuela. ¡Acabamos de recibir nuevo equipamiento en la sala de pesas, expandiendo las opciones de entrenamiento!

CLUB AMBIENTAL DE UAS – Chris Wilkinson y Tavis Davidson (Sala S202). El Club Ambiental de UAS es miembro del programa educativo Raíces y Brotes de Jane Goodall para jóvenes, que está floreciendo en casi 100 países de todo el mundo. Nuestro club se trata de hacer que el cambio positivo suceda, para nuestras comunidades, para los animales y para el medio ambiente. Fomentaremos un ambiente cultural divertido, flexible y solidario donde los jóvenes se reúnan para compartir ideas e inspiración, implementar proyectos exitosos de servicio comunitario y participar en eventos especiales y campañas internacionales. Continuaremos reuniéndonos una vez a la semana para planificar proyectos tanto en la escuela como en la comunidad en general. ¡Juntos podemos! ¡Juntos lo haremos!

GIMNASIA ARTÍSTICA- Florencia Ferrer (Escuela de Desarrollo Gimnástico EDG - Beranguer 6596). Ferrer, una ex profesora de educación física de UAS y entrenadora, es la directora de EDG, una institución especializada en gimnasia en todos los niveles y edades, con 18 años de experiencia. La escuela tiene una de las mejores instalaciones del país, con los cuatro eventos



de gimnasia femenina: salto, barras, viga y suelo, agregando barras paralelas, anillas y potro para chicos. Ella tiene un método de enseñanza poderoso y un enfoque en la seguridad. Todos los entrenadores se especializan tanto en gimnasia como en áreas educativas. Logran un ambiente agradable y divertido mientras desarrollan fuerza, flexibilidad, coordinación, postura, elegancia, etc., a través de la enseñanza de técnicas específicas de manera correcta y segura. Organizaremos clases separando a los grupos por edad y nivel, con un profesor a cargo de cada uno, para satisfacer las necesidades de cada individuo. Puedes obtener más información sobre el trabajo y las instalaciones de EDG en su Instagram: @edgimnastico o Facebook: "EDG Escuela de Desarrollo Gimnástico". Si deseas visitar la instalación, Florencia estará encantada de recibirte el jueves 4 de agosto, entre las 3:45 y las 4:15 PM. Los estudiantes viajarán en un autobús escolar a EDG y los padres los recogerán en EDG a las 5:10 PM. Este semestre el grupo participará en al menos 2 eventos intercolegiales. Costo: Una clase por semana, \$7900 por semestre. Dos clases por semana, \$12600 por semestre. Para organizar el pago, comunícate con Florencia a edgimnastico@gmail.com o 099 698992. Necesitamos un mínimo de 8 estudiantes para abrir el grupo.

CLUB de TEATRO - Haydn Williams (Auditorio). Después de una primera producción muy exitosa, el Drama Club está de vuelta para un nuevo semestre. Invitamos a todos los aspirantes a actores y aficionados al teatro a venir y disfrutar de la experiencia de montar una obra. Comenzaremos con unas semanas de actividades divertidas en las que trabajaremos las técnicas de interpretación antes de comenzar los ensayos para otra producción a gran escala que se representará ante un público en directo en mayo.

NUEVO! CLUB DE PRODUCCIÓN DE VIDEOS - Mark Turner (lunes de 3:45 a 5:00 - Sala 111) En este club desarrollaremos nuestras habilidades de cinematografía y edición de video, utilizando software específico, aprendiendo técnicas y realizando producciones profesionales.

NUEVO! EQUIPO DE TENIS – Santiago Carballal (Scuola Club – Acosta y Lara 7318). Las clases serán de 09:00 a 10:00. Este es un equipo competitivo, por lo tanto, los estudiantes que asistan deben mostrar un nivel mínimo para ser parte de él. Pretendemos formar un equipo que pueda viajar el próximo semestre a Buenos Aires, Argentina, para jugar en el Torneo de Tenis SAAC.

Costo: 6800 pesos por semestre. Por favor, contacta a Santiago para organizar el pago (santi479@gmail.com o 098 507057). Necesitamos un mínimo de 6 estudiantes para abrir el grupo. CAPACIDAD MÁXIMA POR CLASE: 12 estudiantes por orden de llegada. Colocaremos a los estudiantes que excedan este número en una lista de espera.

NUEVO! BASKET ABIERTO - Florencia Somma y Sabina Bello. ¿Te gusta el basquet? ¿Quieres tener otro momento durante la semana para practicar? ¿Estás buscando mejorar tu tiro? ¿Te gustaría ser entrenado por jugadoras profesionales? ¿O simplemente te gusta la idea de venir a jugar baloncesto los sábados por la mañana? ¡Entonces este espacio es para ti! Las prácticas serán flexibles según los intereses y necesidades de los estudiantes que quieran



asistir. Tenemos la oportunidad de ofrecer este espacio con 2 jugadoras del equipo nacional uruguayo y entrenadoras experimentadas como Florencia y Sabina. ¡Te estamos esperando!

NUEVO! TALLER DE GASTRONOMÍA PARA JÓVENES CHEFS - Martin Castelli y Pablo Silveira, de Clementina (Cafetería). Siempre es un buen plan cocinar recetas con tu familia. Esta es una oportunidad para que los estudiantes aprendan las técnicas y recetas básicas que más les gusten. Con este taller, podemos hacer ese plan familiar aún más entretenido y sabroso. Además, los estudiantes realizarán una actividad formativa, aprenderán sobre gastronomía y les enseñaremos la importancia de los buenos hábitos alimenticios y la nutrición. Los estudiantes también aprenderán nuevas recetas y técnicas que los animarán a seguir explorando y profundizando en este maravilloso y fantástico mundo. En las clases, se les presentarán las técnicas y secretos de la cocina internacional, y se estimulará su creatividad. Aprenderán a trabajar con orden y método, seguir las instrucciones de las recetas, seleccionar ingredientes, pesar, medir, cortar y combinar. Tendrán que trabajar en equipo, con responsabilidad y cuidado por su propio trabajo y el de sus compañeros de clase. Los estudiantes recibirán su propio delantal, gorro y estropajo, y los animaremos a trabajar con la máxima higiene. Tendrán materiales para decorar y presentar sus trabajos, promoviendo así el sentido estético de la comida. Cada niño tendrá su propia carpeta de recetas, donde, semana tras semana, les daremos el material impreso trabajado en clase, en inglés y español. Costo: \$15400 por semestre. Cada sesión será de 15:45 a 17:00. Necesitamos un mínimo de 4 estudiantes para abrir un grupo. Capacidad máxima: 12 estudiantes. Para organizar el pago, comunícate con Martín en martincastelli@hotmail.com o 098 699 799.

CUENTAS BANCARIAS DE UAS

Al realizar el abono en la cuenta de la escuela, identifique el nombre del estudiante o estudiantes a los que corresponde el pago. Después de realizar el pago, envíe una copia del recibo bancario por correo electrónico a Natalia Calvo: ncalvo@uas.edu.uy. Para transferencias internacionales incluya 50 USD por gastos bancarios.

BANCO ITAÚ
Carrasco Branch / <i>Sucursal Carrasco</i> : Gabriel Otero 6402-Montevideo,Uruguay
U.S. dollar account No. / <i>Nº Cuenta dólares estadounidenses</i> : 1.713.858
Uruguayan pesos account No./ <i>Nº Cuenta pesos uruguayos</i> : 3.419.055
International wire transfer (U.S. dollars) / <i>Transferencia bancaria internacional (dólares estadounidenses)</i> :
Intermediary Bank / <i>Banco Intermediario</i> : JP Morgan Chase Bank N.A. (New York) Swift Code: CHASUS33 - ABA: 021000021
Beneficiary Bank / <i>Banco Beneficiario</i> : Banco Itau Uruguay S.A. - Swift Code: ITAUUYMM



Holder / Titular: **Uruguayan American School** - U.S. dollar account No./Cuenta dólares estadounidenses N°: **1.713.858**

BANCO SANTANDER

Branch 73 (Carrasco) / Sucursal 73 (Carrasco): Arocena 1577-Montevideo, Uruguay

U.S. dollar & Uruguayan pesos account No. / N°cuenta dólares estadounidenses y pesos uruguayos: **1.200.615**

International wire transfer (U.S. dollars) / Transferencia bancaria internacional (dólares estadounidenses):

Intermediary Bank / Banco Intermediario: **Wells Fargo** - Swift Code: PNBPUS3NNYC - ABA: 26005092

Beneficiary Bank / Banco Beneficiario: **Banco Santander Uruguay**-Montevideo Sucursal 73 / Av. Arocena 1577 - Swift Code: BSCHUYMM

Holder / Titular: **Uruguayan American School** - Account No./ Cuenta N°: **1.200.615**

BANCO BBVA URUGUAY S.A.

Carrasco Branch / Sucursal Carrasco: Arocena 1675-Montevideo, Uruguay

U.S. dollar & Uruguayan pesos account No. / N°cuenta dólares estadounidenses y pesos uruguayos: **7.933.622**

International wire transfer (U.S. dollars) / Transferencia bancaria internacional (dólares estadounidenses):

Intermediary Bank / Banco Intermediario: **1. BBVA New York – USA** - Swift Code: BBVAUS33

2. Wachovia Bank Philadelphia - USA - Swift Code: PNBPUS33PHL

Beneficiary Bank / Banco Beneficiario: **Banco Bilbao Vizcaya Argentaria SA- Montevideo-Uy** - Swift Code: BBVAUYMM

Holder / Titular: **Uruguayan American School** - Account No./ Cuenta N°: **7933622**

