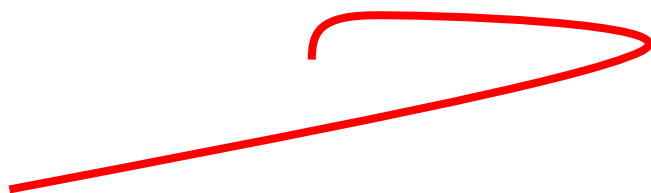


El Deporte  
en la Escuela  
Nombre  
del centro  
Localidad



# ÍNDICE DEL PROYECTO EDUCATIVO:

<b>1. FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL DEL PROYECTO:</b>	
1.1) Nuestro Centro Escolar.	
1.2) ¿Por qué presentamos este proyecto?	
1.3) Justificación teórica del proyecto. Marco Legal.	
1.4) Actividades propuestas a realizar.	
1.5) Temporalización del proyecto: Horario y Ubicación de las Actividades.	
1.6) Prospección participativa: Alumnos/as participantes en el Proyecto.	
1.7) Funciones de la Comisión Deportiva Escolar.	
1.8) Coordinación del proyecto.	
1.9) Monitores/as del Proyecto.	
1.10) Procedimiento para solicitar la participación en las actividades deportivas	
<b>2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DEL PROYECTO:</b>	
2.1) Coeducación: Eje de nuestro proyecto de actividades deportivas.	
2.2) Actividades Deportivas en el contexto de una sociedad en continuo cambio.	
2.3) Propuestas de actuación.	
2.4) Objetivos generales del proyecto.	
<b>3. DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS:</b>	
3.1) Objetivos específicos de las actividades deportivas.	
3.2) Síntesis del trabajo programado a desarrollar.	
3.2.1) Atletismo.	
3.2.2) Baloncesto.	
3.2.3.) Balonmano.	
3.2.4) Fútbol Sala.	
3.2.5) Voleibol.	
3.3) Metodología.	
3.4) Evaluación del proyecto.	
<b>4. PRESUPUESTO DEL PROYECTO:</b>	
4.1) Compromiso que asume el Centro Escolar.	
4.2) Documentación Anexa que se presenta.	

# **1. Fundamentación Contextual del Proyecto.**

# 1.1) Nuestro Centro Escolar.

En este apartado del proyecto el centro debe desarrollar una exposición de las características del mismo de manera breve y específica. En ella se recomienda presentar, entre otros, los siguientes puntos personales y contextuales del centro escolar en cuestión. :

1. Número total de alumnos/as del centro escolar.
2. Localidad donde se ubica.
3. Infraestructuras generales del centro.
4. Líneas del centro escolar.
5. Disponibilidad y disposición el centro.
6. Zonas deportivas y material dispuesto.
7. Cultura deportiva del centro en años anteriores
8. Equipos u organizaciones deportivas del centro.
9. xxxxxx.

## 1.2) ¿Por qué presentamos este proyecto?

Este apartado es fundamental en el proyecto. En él, el centro debe argumentar de manera más desarrollada los motivos fundamentales por los que solicita él este proyecto.

1. Actividades que se desarrollan en el centro anteriormente.
2. Razones fundamentales que impulsan la presentación del proyecto Deporte en la Escuela.
3. Necesidades detectadas para los alumnos/as en materia deportiva.
4. Oferta general de la localidad.
5. Argumentación justificada de la solicitud.
6. Beneficios que se pretenden alcanzar.
7. xxxxxxxx

# 1.3) Justificación Teórica del proyecto.

El Decreto 137/2002, de 30 de abril, de apoyo a las familias andaluzas, contiene un importante número de actuaciones dirigidas a las familias andaluzas. Entre estas medidas se incluyen algunas destinadas a ampliar el horario de apertura de los centros docentes y a mejorar su oferta de Actividades y servicios educativos complementarios. El objetivo que se persigue es que los centros docentes, más allá de la jornada lectiva tradicional, sean capaces de ofrecer a su alumnado y a las familias una oferta de jornada escolar completa, de forma que encuentren en sus centros las actividades que necesitan para completar su formación y para utilizar de una manera educativa y provechosa su tiempo libre.

Una educación de calidad para todos los ciudadanos y ciudadanas es aquella que responde a las nuevas demandas sociales de modo eficaz, proporcionando un incremento en la calidad de vida de los usuarios y usuarias del servicio, además de justicia e igualdad de oportunidades para todos y todas. En este contexto, la ampliación del horario de apertura de los centros docentes y el aumento de los servicios educativos que éstos ofrecen se plantea como una respuesta de la escuela para satisfacer las demandas de una sociedad en continua evolución, cuyos modelos familiares se han transformado considerablemente en los últimos años como consecuencia de los cambios culturales, sociales y económicos.

Por todo ello se hace cada vez más necesario extender las Actividades y los servicios educativos complementarios, con objeto de dar respuesta al deseo de los padres y madres de otorgar una formación más amplia a sus hijos e hijas, complementando la educación reglada con otro tipo de actividades que tienen un carácter marcadamente lúdico y de utilización educativa del tiempo de ocio.

Una de las Actividades que creemos imprescindible de implantar en nuestro Centro es la "**práctica del deporte**", ya que permite desarrollar virtudes educativas de indudable valor, para el desarrollo personal (esfuerzo, coeducación, disciplina, dedicación, sacrificio, solidaridad, etc.) y para el proceso educativo de todo individuo.

Actualmente se considera que la actividad deportiva, debe reunir una serie de características que, en todo caso, deben comenzar por las que nunca debió perder: el carácter educativo del deporte, la transversalidad de su esencia, el ocio activo y la recreación y la mejora de la salud y el bienestar social como objetivo. El deporte universal del futuro debe fomentar la autonomía personal, debe ser para todos y todas, sin discriminación, y debe enseñar a utilizar un tiempo cada vez más extenso en la vida de las personas: el tiempo de ocio. Debe ser una diversión y un placer, no una obligación.

Por otra parte, es preocupante el nivel de sedentarismo que se está instalando en los niños y niñas así como en los adolescentes y jóvenes. Este sedentarismo está desembocando en un alto nivel de sobrepeso, llegando en algunos casos hasta la obesidad. También se viene constatando, en los últimos años, una fragilidad llamativa de los alumnos y alumnas en las clases de Educación Física, con el consiguiente aumento de lesiones asociadas a una motricidad deficientemente desarrollada.

Para nuestro centro la recuperación de la práctica deportiva es otra vertiente más para preparar a nuestros jóvenes a afrontar el futuro, con una educación más completa e integradora de la actividad física, que permita la acción y la reflexión, que eduque en valores individuales y sociales, que busque la funcionalidad y el aprendizaje significativo.

La práctica del deporte que planteamos en el proyecto es polideportiva, de manera que todos los alumnos y alumnas conozcan de forma cíclica, diversas modalidades deportivas, conforme a su aptitud y edad. Por otra parte incluirá prácticas tanto participativas como competitivas, que tendrán en todo caso un carácter eminentemente formativo.

Como han puesto de manifiesto recientes estudios sociológicos, las familias andaluzas consideran que un centro educativo no puede limitar sus actividades a las estrictamente regladas, sino que debe dar cabida a otras que permitan proporcionar al alumnado nuevas experiencias y posibilidades de aprendizaje. La oferta educativa debe así ampliarse a aquellos elementos que complementan la educación y que impulsan valores, actitudes y hábitos de importancia significativa en la formación de la juventud.

Por estos motivos justificativos y acogiéndonos a la Orden de la Consejería de Educación por la que se regula la organización y el funcionamiento de los Centros docentes públicos autorizados para participar en el programa "El Deporte en la Escuela", y tras el muestreo realizado a las familias de los alumnos/as de nuestro Centro, comprobando la demanda suficientemente elevada de querer utilizar este servicio que se propone y existiendo unanimidad total en el Consejo Escolar de que se lleve a efecto, es por lo que presentamos el presente proyecto, que hemos elaborado conjuntamente con la Empresa:

**Aulas Extraescolares Andaluzas S.L.**

# 1.4) Actividades propuestas a desarrollar.

Las actividades que contempla el proyecto para desarrollar durante el curso son las siguientes:

- **Actividades Deportivas:**

- ***Atletismo.***
- ***Baloncesto.***
- ***Balonmano.***
- ***Fútbol Sala.***
- ***Voleibol.***



# 1.5) Temporalización del proyecto: Horario y Ubicación de las actividades.

Todas las actividades propuestas se desarrollarán desde el día 1 de Octubre de 2.006 hasta el final del curso escolar 2.006/2.007, aproximadamente el 21 de Junio de 2.007.

Se realizarían en los campos de deportes. Por cada ciclo se formarían 4 equipos de 8 miembros, por lo que tendríamos 4 equipos por 3 ciclos igual a 12 equipos. El monitor/a deportivo realizaría el entrenamiento con cada 2 equipos ( 16 personas), 2 horas a la semana, lo que implica un total semanal de 12 horas para todos los equipos, más cuatro horas los sábados para las competiciones, totalizarían 16 horas semanales, o 64 horas mensuales.

La actividad de Atletismo se desarrollaría por los mismos monitores/as paralelamente al deporte trimestral que se esté practicando, para ello se tomará al menos 15 minutos de cada hora de entrenamiento para esta labor.

Cada trimestre se cambiaría la modalidad deportiva y la modalidad de atletismo. Y se establecerían competiciones internas por ciclos con los equipos inscritos, así mismo una selección de esos equipos participarían en la fase externa, campeonatos municipales y comarcales.

## HORARIO DE ACTIVIDADES

<b>HORAS</b>	<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>SÁBADO</b>
<b>9 a 10</b>					<b>Competiciones</b>
<b>10 a 11</b>					<b>Competiciones</b>
<b>11 a 12</b>					<b>Competiciones</b>
<b>12 a 13</b>					<b>Competiciones</b>
<b>16 a 17</b>	1ºCiclo (Equipo 1 y 2) 3ºCiclo (Equipo 1 y 2) Atletismo	2ºCiclo (Equipo 3 y 4) Atletismo	1ºCiclo (Equipo 1 y 2) 3ºCiclo (Equipo 1 y 2) Atletismo	2ºCiclo (Equipo 3 y 4) Atletismo	
<b>17 a 18</b>	1ºCiclo (Equipo 3 y 4) 2ºCiclo (Equipo 1 y 2) Atletismo	3ºCiclo (Equipo 3 y 4)	1ºCiclo (Equipo 3 y 4) 2ºCiclo (Equipo 1 y 2) Atletismo	3ºCiclo (Equipo 3 y 4)	

## 1.6) Alumnos/as participantes en el proyecto.

Una vez realizada la encuesta a los alumnos/as, y tabuladas las respuestas recibidas, los resultados de participación estimativos de cara al curso escolar 2006-2007, son los siguientes:

### TOTALES DE ALUMNOS/AS:

<b>DEPORTE</b>	<b>TOTAL</b>
<b>Fútbol</b>	<b>96</b>
<b>Baloncesto</b>	<b>80</b>
<b>Balonmano</b>	<b>78</b>
<b>Voleibol</b>	<b>85</b>
<b>Atletismo</b>	<b>90</b>
<b>TOTALES</b>	<b>425</b>
<b>MEDIA MENSUAL</b>	<b>85</b>

# 1.7) Funciones de la Comisión Deportiva Escolar.

La Comisión Deportiva Escolar que se ha creado en el seno del Consejo Escolar, formada por: la dirección del Centro, la Coordinación del proyecto (profesorado de Educación Física) y dos miembros por cada sector de la comunidad educativa, más la representación municipal, y que se ha elaborado conforme al artículo 140 de la ley 18/2003, de 29 de diciembre, con relación a garantizar la participación paritaria,

Las funciones de la comisión deportiva escolar serán las de coordinación, seguimiento y evaluación de las medidas educativas desarrolladas en el centro, y velará por el cumplimiento de los objetivos del proyecto y el normal desarrollo de la competición.

Al finalizar el curso escolar, elaborará un informe sobre la eficacia de las medidas educativas y el grado de consecución de los objetivos previstos. Dicho informe se presentará al Consejo Escolar del centro, para que formule cuantas observaciones considere oportuna, todo lo cual se incorporará a la Memoria Final de Curso.

Dentro de la Comisión Deportiva Escolar, crearemos un Comité Técnico de Competición, como órgano operativo, que será el encargado de planificar el calendario de la competición, así como el reglamento técnico y de competición, y los elementos sancionadores (siempre en el ámbito deportivo) de las faltas técnico-deportivas que se produzcan en el ámbito y desarrollo de la competición, y que en ningún caso podrá acarrear sanciones de carácter académico y/o administrativo.

También coordinará la participación de los equipos en las competiciones externas, según los calendarios, reglamentos y comités de organización del Ayuntamiento y Diputación Provincial.

Se expondrá en el tablón de anuncio del Centro mensualmente el resultado de las competiciones tanto externas como internas, con expresión de los deportistas y equipos más deportivos de las competiciones.

Afín de conseguir la máxima participación de los niños y niñas del Municipio, si otros centros de la población no tienen autorizado este proyecto, pueden participar en el nuestro si es aprobado, siempre que la oferta lo posibilite.

Se aprueba que para las competiciones, todos los participantes tendrán que hacerlo con una equipación, con al menos el anagrama y nombre del centro, así como el logotipo y el lema del programa EDEA, pendiente de recibir el diseño, de forma que sirva como identificación externa, y como seña de identidad y de pertenencia a un grupo, ya que para estas edades es extraordinariamente motivador y educativo, la Comisión acuerda el plantearse el diseño de la equipación que deberá ser idéntica para todos los equipos y solo se diferenciarán en el color.

# 1.8) Coordinación Escolar del Proyecto.

El proyecto será coordinado por el profesorado de Educación Física, cuyas funciones son las siguientes:

- Dirigir y supervisar los aspectos educativos del proyecto, asegurando el carácter transversal de la actividad.
- La organización y desarrollo de la competición interna del centro, así como la de la participación en la competición externa en sus distintas modalidades.
- La coordinación y control de los equipos y deportistas, así como de los monitores/as de los equipos.
- La formalización y la inscripción de los equipos y deportistas individuales en las correspondientes competiciones, asegurando la continuidad externa de la actividad deportiva.
- Dirigir y coordinar a los equipos y deportistas en las jornadas de competición.
- La dinamización en los aspectos referentes a la implicación de la Comunidad Educativa a través de la creación de la Comisión Deportiva Escolar, y al patrocinio de la actividad.
- La supervisión en el centro durante los entrenamientos y las competiciones.
- El volcado de datos, incidencias y observaciones en el programa informático SÉNECA a lo largo del curso.
- La relación con las instituciones organizadoras de las distintas competiciones, sin perjuicio de las correspondientes al equipo directivo del centro.

# 1.9) Monitores/as del Proyecto.

Los/as monitores/as contratados/as tendrán las siguientes funciones:

- Entrenar a las alumnas y alumnos y a los equipos en los horarios que les sean asignados por el responsable del proyecto.
- Dirigir los partidos de las competiciones internas.
- Acompañar a los alumnos y alumnas en sus desplazamientos y competiciones.
- Cuidar el material que le sea asignado.
- Actuar según el protocolo en caso de accidente.

# 1.10) Procedimiento para solicitar la participación en las Actividades Deportivas.

La Comisión Deportiva Escolar que se ha creado en el seno del Consejo Escolar, formada por: la dirección del Centro, y dos miembros por cada sector de la comunidad educativa, más la representación municipal, y que se ha elaborado conforme al artículo 140 de la ley 18/2003, de 29 de diciembre, con relación a garantizar la participación paritaria, ha establecido el siguiente procedimiento:

- **Desde el día 1 de septiembre:**

- 1) Se colocará en tablón de anuncios del Centro la oferta de las Actividades Deportivas que tendremos para el curso escolar, para que las familias puedan tener la información lo más pronto posible. Se dará también a la Asociación de Madres y Padres (A.M.P.A.).
- 2) Desde ese mismo día, prepararemos un cartel anunciativo de dichas actividades, que serán distribuidos por los locales de la zona, para conocimiento de la ciudadanía.
- 3) Se dará nota a la representación municipal, para que el Ayuntamiento lo publicite de la mejor manera posible.

- **Primeros días de clase:**

Se citará, junto al A.M.P.A., a todas las familias interesadas a una reunión informativa del proyecto de actividades deportivas del Centro.

- **El día de la reunión:**

Se explicará pormenorizadamente todas las actividades deportivas, plazas ofertadas, sistema para solicitar la participación, documentación a aportar, sistema de selección en caso de haber más demanda que oferta, etc.

Del mismo modo se adjuntará un modelo de solicitud de participación y el plazo de presentación.

- **Cerrado el plazo de admisión de solicitudes:**

En el caso de que haya más demanda que ofertas se realizará el proceso de selección que más adelante detallamos, y se publicará una lista de provisional de admitidos y otra lista de espera, ambas con las puntuaciones de baremación si hubo lugar, con un plazo de tres días para posibles reclamaciones.

- **Cerrado el plazo de reclamaciones:**

Se darán los listados definitivos, tanto de admitidos como en lista de espera a fin de completar los grupos en aquellos casos en los que los participantes no asistieran a la actividad.

- **Proceso de selección:**

Se atenderán prioritariamente las familias más desfavorecidas socio-económicamente.





# **2. Fundamentación Teórica del Proyecto.**

## 2.1) Coeducación:Eje de nuestro proyecto de Actividades Deportivas.

La educación para la igualdad de oportunidades entre ambos sexos, o coeducación, se plantea como una necesidad en materia de desarrollo personal desde una concepción de enseñanza basada en el respeto a la diferencia y la valoración de la persona por encima de distinciones de sexo.

Así, las actividades deportivas juegan un papel fundamental para el desarrollo de un currículo coeducativo, no androcéntrico, con el objeto de fomentar valores que trasciendan más allá del contexto educativo.

La práctica de la actividad física y deportiva por parte del conjunto de la población andaluza en las últimas décadas se ha configurado como un hecho social relevante y demostrativo del avance en la mejora de la calidad de vida de los andaluces y andaluzas.

Aún así, la realidad andaluza con respecto a la participación de la mujer en el deporte es muy similar a la media nacional, por lo que sigue existiendo una importante diferencia por sexos en la práctica deportiva. Según el Instituto de la Mujer (2001) el sexo femenino se representa en los diversos ámbitos deportivos en nuestro país de la siguiente manera:

- Deporte recreativo: 27,0% de mujeres y 66,0% de Hombres.
- Deporte Universitario: 25,0% de mujeres y 75,0% de Hombres.
- Deporte Escolar: 30,0% de mujeres y 70,0% de Hombres.
- Licencias Deportivas: 25,8% de mujeres y 70,0% de Hombres.

Asimismo, destacamos que la participación de la mujer en puestos de responsabilidad de organizaciones y administraciones deportivas (Federaciones, Clubes, Ayuntamientos, etc.) sigue siendo muy escasa.

En resumen, es conveniente citar que el deporte andaluz se caracteriza en función del sexo por los siguientes aspectos:

- Escasa participación de la mujer con respecto al hombre en cualquiera de los ámbitos relacionados con la actividad física y deportiva.
- Infravaloración social de las prácticas y deportes tradicionalmente considerados como femeninos: gimnasia rítmica, natación sincronizada, danza, etc.
- Modelo androcéntrico deportivo, en el que la mujer se adapta a los patrones establecidos para el hombre (marcas, normas, modalidades, etc.)
- Insuficientes ayudas económicas y apoyo de la Administración pública al deporte femenino.
- Escaso o nulo seguimiento de la Administración educativa, tanto local como autonómica, de las condiciones de desarrollo del deporte extraescolar con objeto de garantizar la igualdad de oportunidades entre ambos sexos.

Por tanto, una vez realizado un pequeño esbozo del deporte en Andalucía con respecto a la variable sexo, queda demostrada la necesidad de afrontar este tema desde una intervención integral de todos los agentes que trabajan con la sociedad, y más en concreto en las relaciones de género.

Del mismo modo aprovechando la oportunidad que nos da la Orden del "Deporte en la Escuela", y el primer plan de "Igualdad en la escuela", y con el objeto de garantizar la igualdad de oportunidades de ambos sexos en cualquiera de los ámbitos sociales y educativos de la comunidad, debemos poner en marcha acciones sistematizadas, de carácter estable y continuo que permitan la participación de todos y todas en favor de la sinergia necesaria para la optimización de recursos y eficiencia en la obtención de resultados.

En este sentido, a continuación se propone un modelo de intervención educativa para la puesta en marcha de acciones coeducativas dentro del proyecto de Actividades Deportivas.

- Los contenidos de las actividades tendrán un modelo no androcéntrico, en los que se valoren de igual manera las preferencias de alumnas como de alumnos.
- Adecuar los elementos del currículo: objetivos, metodología y evaluación, a cada alumno/a en función de sus propios progresos, no en función de la norma ni el alumno más destacado.
- Elegir adecuadamente materiales, organización de espacios y grupos de alumnos/as durante el desarrollo de las actividades deportivas.
- Utilizar siempre un lenguaje no sexista.
- Usar la discriminación positiva en los casos en que ésta favorezca el fomento de la igualdad de oportunidades entre ambos sexos.
- Coordinarse con el profesorado del centro, tutores/as, Orientadores/as, Madres y padres para el establecimiento de acciones conjuntas coeducativas.

Actualmente la sociedad necesita de la consolidación de la igualdad de oportunidades entre sexos como premisa fundamental para el establecimiento de una sociedad moderna y más justa. Para ello, la labor preventiva desde el ámbito educativo se configura como un eje básico de la intervención social para el establecimiento de un currículo no sexista que permita el paso de la actual escuela mixta a la coeducativa.

En este sentido, las actividades deportivas juega un papel fundamental para consolidar dicho proceso por cuanto posee una serie de características singulares que la hacen ser pieza clave en la formación de valores no discriminatorios por razón de sexo en los alumnos y alumnas.

Por ello, los profesionales de la actividad física y deportiva, y la comunidad educativa en general, debemos realizar una apuesta decisiva por el cambio social, a través de la investigación e innovación educativa con el objeto de promover cuantas acciones sean necesarias para conseguir la igualdad real de oportunidades de las personas sea cual sea su condición.

En definitiva, en nosotros y nosotras radica la responsabilidad de conseguirlo.

Nosotros y nosotras, creemos que las actividades deportivas, pueden ayudar a complementar fundamentalmente la formación integral, despertar inquietudes, a reforzar el curriculum, a fomentar el esfuerzo, la solidaridad, la colaboración, el diálogo, la tolerancia, la no discriminación, la igualdad entre sexos, la deportividad y el juego limpio y a contribuir a que la Escuela Pública incremente su calidad educativa.

Otra cuestión que nos planteamos, es que las actividades deportivas son un servicio que deberá ser realizado por personal debidamente cualificado, con todas las garantías legales oportunas, con contratos laborales, y para ello pensamos realizar las actividades contratando el servicio con alguna empresa legalmente constituida y que permita exigir las correspondientes facturas legales y seguros de responsabilidad oportunos.

Por último recordar unos de los objetivos primordiales del Centro Escolar que es elevar la calidad educativa de la Escuela Pública y superar las desigualdades sociales. Los alumnos/as y los Padres y Madres de nuestro centro han elegido la Escuela Pública y tienen derecho a participar e intervenir en actividades deportivas que, enseñen a convivir, a relacionarse y a prepararse para afrontar con garantías esa dura batalla de convertirse en persona y de aprender a desenvolverse en el medio social.

## 2.2) Actividades Deportivas en el contexto de una sociedad en continuo cambio.

Es mucho más fácil hablar que actuar, de hecho todos conocemos a personas que hablan mucho pero luego no se distinguen ni por su trabajo ni por su constancia. A la hora de planificar las actividades deportivas hemos tenido en cuenta que todo lo que sucede en el centro escolar es susceptible de tener un valor educativo si sabemos extraer todo o la mayor parte de sus posibilidades y conducir el proceso de forma que las actividades deportivas refuercen aquellos aspectos del currículum que nos parece de mayor interés y complementen los esfuerzos que se realizan desde las aulas y desde la perspectiva de avanzar hacia un modelo educativo que prepare para la vida.

La educación tiene un carácter histórico y dinámico. Histórico porque ha ido dando respuestas a las necesidades de diversos modelos de sociedad, evolucionando al compás de los cambios económicos, políticos, sociales y culturales. Y dinámico en la medida en que todo sistema educativo tiene una vinculación profunda con la sociedad en cuyo seno surge y de la misma forma que la sombra sigue al cuerpo, el sistema educativo ha de adaptarse a los cambios y necesidades que tienen lugar en el entorno, es decir, en el barrio.

Sería absurdo defender que las actividades deportivas quedan al margen de este permanente proceso de modificación en virtud del cual el centro no sólo ha de transmitir conocimientos y valores, sino que debe formar a las generaciones futuras para que aprendan a desenvolverse, a relacionarse y, lo que es de primordial importancia, a no resignarse con lo que no les guste y a modificar las condiciones del entorno.

Sabemos que educar es algo de mucho mayor alcance que instruir. Educar consiste, entre otras cosas, en preparar a los niños y niñas para que sean hombres y mujeres capaces de desenvolverse con libertad y soltura en la sociedad de nuestro tiempo.

Educar no es sólo ni primordialmente acumular conocimientos tras conocimientos sino desarrollar toda una serie de capacidades lúdicas, afectivas e intelectuales. Educar es también disponer de una escala de valores, fomentar actitudes relacionales y solidarias y potenciar una serie de hábitos concebido todo ello como un proceso destinado a que cada niña y cada niño realicen cumplidamente su proyecto personal.

El deporte tiene una importancia que debemos valorar en su justa medida para saber aprovechar sus posibilidades formativas. Practicar un deporte no es un lujo. Practicar uno o varios deportes en edad escolar es un precioso medio para que nuestros alumnos y alumnas se desarrollen y completen su proceso evolutivo.

A menudo se identifica deporte con competición, con frecuencia sólo consideramos y valoramos el deporte de elite. Sin embargo, debemos empezar a cambiar esta mentalidad y a pensar en una dirección distinta. Probablemente los alumnos y alumnas no lleguen nunca a ser figuras del deporte ni a competir en certámenes de alto nivel, pero si se interesan por el deporte y lo practican con asiduidad van a desarrollar unos hábitos, unas capacidades, un autocontrol y una actividad hacia los demás muy saludable y muy positiva.

No debemos confundir educación física y deporte escolar, la educación física es, además de una preparación para la práctica del deporte, un elemento para desarrollar el cuerpo y el conocimiento del espacio y medio ambiente, forma parte del currículum, pues en un modelo de escuela integrador y que busque el total desarrollo de las virtuales potencialidades de los alumnos y alumnas, ésta es la vía adecuada para lograr

el equilibrio y la armonía de los distintos factores que intervienen en el proceso educativo.

El deporte escolar, debe abordarse de forma rigurosa y sistemática y figurar también en el plan de centro. Practicar un deporte cualquiera despeja la mente, pone el organismo en forma, alivia tensiones, estimula los reflejos y hace trabajar a su cuerpo compensando el tiempo dedicado al estudio y a las horas atado al pupitre. El deporte ayuda a los alumnos y alumnas a conocerse a sí mismo, a saber de lo que son capaces de hacer y a establecer relaciones de compañerismo en los deportes colectivos.

Una educación que pretenda ser activa y que no fomente la práctica del deporte, se está negando a sí misma.

Cuando hablamos de educar para la autonomía, para la libertad y para la toma de decisiones, no debemos olvidar que la práctica de uno o varios deportes contribuye en gran medida a desarrollar estas capacidades.

Sucede en no pocas ocasiones que en teoría estamos admitiendo todos estos supuestos, pero ni somos capaces de llevarlos a la práctica ni nos esforzamos por exigir un sistema educativo que los convierta en realidad. De esta manera estamos cometiendo una contradicción importante y negando con nuestra pasividad y negligencia nuestros propios posicionamientos teóricos.

Proponemos en consecuencia que las familias estimulen desde los hogares la práctica del deporte en general y del deporte escolar en particular y que, organizadas desde el colegio cuenten con el máximo de participación.

Así mismo en la práctica deportiva hay obstáculos que hay que superar, empecemos, en primer lugar, por enfrentarnos al sexismo en la práctica del deporte. hay que mentalizar a las familias para que no se muestren reticentes a que sus hijas hagan deporte, hay que propiciar los juegos mixtos. Hay que hacer un esfuerzo educacional para nivelar, al máximo, la participación compartida de niños y niñas. Hay aquí un trabajo importante a realizar. Además existen muchísimos juegos y deportes que hoy se pueden practicar a nivel mixto.

Afortunadamente, aunque de forma lenta, se van derribando barreras y prejuicios, pero todavía existen familias en las que se trata a los niños y niñas con un rasero diferente.

No nos parece adecuada la división en deportes masculinos y deportes femeninos, aunque sí una taxonomía o división que atienda a la edad y al proceso evolutivo a la hora de ir recomendando la práctica de determinados deportes o la sustitución de unos por otros.

Hay una forma de discriminación más que se da con frecuencia en las escuelas que se hace algo de deporte y va ligada al carácter selectivo que se le imprime. Se produce en torno a la capacidad o destreza de unos alumnos y alumnas sobre otros y otras. Llegando a casos extremos aquellos que padecen alguna discapacidad e incluso los que tengan unos "kilos de más", etc. Así sucede que a los que no "participan", sí lo hacen a nivel pasivo, generando ese tipo de educación de pasividad deportiva que queremos erradicar de nuestro planteamiento teórico.

Hay aún un aspecto muy importante. Nos referimos al valor terapéutico del deporte escolar. Decir terapia es decir cura o remedio. Son muy numerosos los casos de niños y niñas inseguras, débiles y con problemas de relación con los demás que encuentran en el deporte escolar una vía acertada para adquirir seguridad en sí mismo y equilibrar su carácter.

El valor preventivo del Deporte Escolar no tiene discusión. Miles de niños y niñas, sin saberlo, padecen deficiencias motrices, que afectan negativamente a su conducta y rendimiento escolar. Existen algunas investigaciones escalofriantes. Tengamos en cuenta el sedentarismo que padecen los niños y niñas (el aula, la TV, los video juegos, etc.). La única forma de equilibrar esta circunstancia es con una actividad motriz y deportiva adecuada a cada persona.

La faceta más importante que hay que abordar es el binomio deporte escolar-salud. La Comunidad Educativa estamos preocupados por el desarrollo armónico de los alumnos y alumnas del centro y deseamos verlos siempre sano. No obstante con frecuencia olvidamos que la práctica deportiva adecuada es el instrumento más útil para que los niños y niñas gocen de buena salud.

Cuando decimos que el deporte debe contribuir a la salud nos estamos refiriendo a la salud global, a la salud psico-física. Lo mejor para el descanso no es la pasividad, sino cambiar de actividad. Y que esa actividad sea compensatoria de la anterior. Hay que desterrar el concepto: invierno estudio, verano deporte. En la época escolar es preciso hacer actividades deportivas y en las vacaciones también se pueden desarrollar actividades que fomenten el hábito de la lectura, ejercitar técnicas intelectuales de relación, síntesis e información.

## 2.3) Propuestas de actuación.

### 1) Unas actividades deportivas participativas y adaptadas.

Las actividades deportivas han de tener características propias, responder a las necesidades reales de los participantes y atender a su diversidad. Debe constituirse como un verdadero modelo de deporte para todos y todas que permita la participación por encima de la selección y/o discriminación. El deporte será un correcto medio de socialización cuando pueda ser practicado por todos los niños y niñas que así lo desean y no sean excluidos por razones de aptitud física, técnica, cognitiva, etc.

#### Propuestas:

- **Establecer un itinerario abierto**, por ciclos, a recorrer por los niños y niñas a lo largo de su periodo de escolarización. Itinerario que establece las bases pedagógicas y los contenidos en función de la edad. Abierto para que el niño y niña, en el momento que corresponda, pueda optar por una vía u otra de práctica deportiva.
- La formación de grupos y/o equipos deberá permitir la participación, en **igualdad de condiciones**, a todos y todas los escolares.
- Desarrollar el deporte competitivo **de una manera lúdica**, premiando el esfuerzo, el compañerismo, etc.
- **La intervención didáctica** de los monitores/as deberá incidir en la reducción del nivel de ansiedad del ambiente. Orientar las metas de logro del niño y la niña y motivarlo en la maestría por encima del resultado.
- Favorecer los **procesos de participación** del alumnado en la toma de decisiones y en todas las funciones de la organización.

### 2) Unas actividades deportivas coeducativas e integradoras.

Los programas deportivos deberán integrar a las personas con necesidades especiales, primar lo creativo, lo lúdico y fomentar una educación en valores e integradora, nunca excluir. Además, deberán impulsar un modelo multideportivo, integrador y coeducativo, en el que puedan participar niños y niñas en igualdad de condiciones.

#### Propuestas:

- Aumentar el **nivel de participación** deportiva de las niñas creando una oferta deportiva que responda a sus intereses. dar preferencia a la organización de grupos y/o **equipos deportivos mixtos**.
- Elaborar un **plan especial de promoción deportiva para los niños y niñas** que luche contra el abandono deportivo, el sedentarismo y el consumismo, potenciando las **actividades recreativas lúdicas**.
- Asegurar la **participación de inmigrantes, y de otras minorías, étnicas, culturales, desfavorecidas, etc.**, en las actividades deportivas.



- Elaborar planes de **mejora**, especialmente, **para permitir el acceso y el uso de las mismas a los alumnos y alumnas con necesidades educativas especiales**.
- **Facilitar el acceso al deporte** a los niños y niñas con menos aptitudes físicas y poco competitivas.

### 3) Unas actividades deportivas complementarias.

Las metas y objetivos de las actividades deportivas deberán ser coincidentes y complementarios con las de la asignatura de educación física. Las actividades deportivas extraescolares deberán incluirse, dentro del Plan del Centro, como una actividad cultural y formativa más. Deberán responder a los objetivos educativos que establezca dicho Plan y ser coherentes con las finalidades educativas del centro.

#### Propuestas:

- **Reconocer la labor del profesorado de educación física**, como coordinador/a del proyecto, estando toda la organización y seguimiento de las actividades bajo su responsabilidad y ejercida por los monitores/as que colaboran en el cumplimiento de la programación correspondiente.
- **Promocionar las actividades deportivas**, facilitando su acceso a las competiciones municipales y de las Diputaciones.
- Consolidar la **estrategia de conexión** de los entrenamientos y las competiciones, de forma que se produzca un paso progresivo y natural hacia la competición, sin traumas, seguro y adaptado.
- **No debemos diversificar excesivamente las actividades**. Una oferta excesiva podría provocar una dispersión del alumnado que hiciera inviable la organización de grupos estable.

### 4) Las actividades deportivas estarán planificadas y dirigidas por especialistas.

Para que el deporte en edad escolar cumpla su función social y educativa, deberá estar realizada por personas cualificadas. Para que la planificación de las actividades deportivas sea considerada como proceso educativo, debe establecer unos objetivos, transmitir una serie de contenidos, aplicar un método determinado y evaluar continuamente el proceso.

El monitor/a como agente fundamental en el logro de esos objetivos, debe tener un perfil y una formación adecuada. Deberá actuar como docente que interviene en un proceso educativo y ser consciente de su capacidad de influencia sobre la transmisión de actitudes y valores a sus jugadores/as alumnos/as. Sin embargo, la influencia de los técnicos/as no es la única a la que están sometidos los practicantes en el deporte en edad escolar. Especial influencia ejercen sobre los programas de competición deportiva los estereotipos que reflejan el deporte de elite, espectáculo, el deporte que vemos por televisión. En las competiciones escolares se reproducen alguno de los problemas que caracterizan las competiciones deportivas de los adultos (violencia, trampas, insulto, etc.). La labor del técnico/a queda limitada en este contexto, por lo que es necesaria la planificación de una serie de estrategias que contribuyan a fortalecer su papel como educador/a.

## Propuestas:

- Normalizar la **contratación de monitores/as técnicos/as deportivos** a través de empresas del sector.
- Realizar una **evaluación periódica del personal contratado**, que garantice una cualificación pedagógica y deportiva adecuada para el desarrollo del programa deportivo.
- Diseñar una **estrategia de evaluación** continua de los procesos que se generan en el desarrollo y gestión de los programas deportivos.
- **Planificar sesiones** divertidas, variadas, adecuadas a los intereses de los niños y niñas.

## 5) Unas actividades deportivas seguras y saludables.

Debemos garantizar que las actividades deportivas se practiquen en condiciones de salud y seguridad. El deporte puede convertirse en el principal instrumento de prevención para la salud ya que, correctamente orientado, estimula la adquisición de un hábito saludable que se prolonga a lo largo de la vida de los niños y niñas.

El proyecto deportivo debe tener como objetivo: el desarrollo fisiológico y mental de los niños y niñas y la adquisición de aptitudes deportivas y de valores éticos ("fair play"). Estas actividades no deben presentar peligros para la salud, deben estar bien coordinados por especialistas, ser flexibles, abiertos a las necesidades de los niños y niñas y que los aprendizajes se adquieran de forma progresiva. Los métodos deben basarse en la libertad, ser activos y flexibles, permitir el desarrollo de actividades lúdicas, basarse en el juego, la actividad espontánea, la exploración, la colaboración-participación y la creatividad.

## Propuestas:

- Asegurarse de que toda la Comunidad Educativa, especialmente los Padres y Madres dispongan de la **información** necesaria para que sus hijos e hijas puedan participar en las actividades deportivas. Especialmente la gratuidad de ellas.
- **Aprovechar los acontecimientos del municipio**, para entregar trofeos, realizar exhibiciones, etc., con objeto de difundir las actividades deportivas escolares.
- **Difundir el Código de ética deportiva, el Fair Play**, la Carta Olímpica, la carta Europea del deporte y otros documentos que ensalcen los beneficios del deporte y la actividad física para los niños y niñas.
- **Premiar** a aquellos equipos que destaquen en la promoción del fair play.
- **Informar, sobre todo a los Padres y Madres**, de los peligros que supone un exceso de entrenamiento para los niños y niñas; del excesivo énfasis que algunos adultos ponen en ganar; etc.

## 6) Unas actividades deportivas educativas en la competición.

La mayoría de las actividades deportivas dirigidas a los niños y niñas utilizan la competición como estímulo para el aprendizaje, bien de forma inmediata o progresiva. Los programas de actividades deportivas deben estar integrados, ser coherentes en el planteamiento de objetivos, tanto deportivos, competitivos como educativos, incorporando modelos de práctica complementarios. La orientación pedagógica ha de imponerse a la hora de elaborar los programas. Adecuar las normas de la competición a las finalidades educativas y a los intereses y necesidades de los niños y niñas. Para ello, deberán valorarse otros aspectos que destaquen y premien las conductas deportivas por encima de los resultados. La motivación de la participación no debe estar, únicamente asociada a la clasificación, o a los premios extrínsecos que, cuando no existe, hacen que disminuya la participación de los alumnos y alumnas. Es importantísimo que los Padres y las Madres, monitores/as y los propios niños y niñas

conozcan las reglas en las que se basa este modelo de deporte participativo, recreativo y formativo.

### **Propuestas:**

- Organizar **actividades deportivo-recreativas** que puedan ser practicados por todos los niños y niñas sin distinción de capacidad.
- Formar **grupos por ciclos**, y ajustar los equipos de forma que estén compensados.
- **Adaptar los reglamentos** a los diferentes niveles y circunstancias particulares de los participantes.
- Confeccionar un **Reglamento de disciplina** que tenga más, un carácter preventivo educativo que meramente sancionador.
- Asegurar la **continuidad de la competición** a lo largo del curso escolar y en varios deportes, cambiando cada trimestre.
- **Utilizar la mañana de los sábados**, para dedicarla a la organización de las competiciones internas.
- **Facilitar la participación** de niños y niñas de otros centros escolares que no se hayan acogido a este plan deportivo.
- Enseñar a los jóvenes a **respetar las normas** o reglamentos de forma justa y ecuánime. Plantear tareas en las que los propios alumnos y alumnas tengan que conocer y hacer cumplir las normas del juego, son elementos con una riqueza educativa intrínseca.

## 2.4) Objetivos Generales del Proyecto.

- **Apostar por un concepto dinámico y creativo** de las actividades deportivas que parta de la comprensión de su importancia para el desarrollo de la personalidad y que sea capaz de superar el concepto de apéndice o de adorno postulado por una visión reduccionista, economicista y clasista de la educación.
- **Asumir** desde criterios participativos que la responsabilidad en la puesta en marcha de las actividades deportivas ha de implicar a toda la comunidad educativa y está marcada por un carácter activo e innovador vinculado al desarrollo de la personalidad.
- **Defender** las actividades deportivas como un servicio público más para dignificar y elevar la calidad educativa del centro.
- **Vincular** las actividades deportivas a unos hábitos, valores y conductas que posibiliten de manera voluntaria una forma creativa y no alienada de vivir el ocio y el tiempo libre.
- **Impulsar** un conjunto de actividades deportivas que apoye, respalde, complemente y complete los ejes transversales de la L.O.G.S.E., como la Educación para la Paz, Medioambientales, Salud, Igualdad de oportunidades,...
- **Sensibilizar** a la comunidad educativa sobre la idea de que las actividades deportivas pueden ser un instrumento formativo de gran utilidad para contribuir a superar las desigualdades sociales y garantizar una serie de derechos democráticos contenidos en la Constitución.
- **Implicar** al Consejo Escolar del centro en la planificación y desarrollo de las actividades deportivas y crear una comisión deportiva escolar, formada por una representación de todos los sectores y la representación municipal.
- **Incluir** las actividades deportivas en el Plan Anual de Centro como un mecanismo para que su puesta en marcha favorezca la continuación de aspectos fundamentales del curriculum.
- **Articular** las actividades deportivas de forma eminentemente práctica e implicativa, organizando competiciones tanto internas como externas que favorezcan la adecuada canalización de habilidades y destrezas que complementen un modelo de educación integral.
- **Potenciar** a través de las actividades deportivas la proyección del centro al entorno, vinculándolo con el barrio.
- **Tomar conciencia** que las actividades deportivas posibilitan la consecución de una serie de objetivos y finalidades de la LOGSE de inequívoco contenido social, progresista y democrático.
- **Desarrollar** la práctica del deporte como recreación, divertimento y complemento fundamental de la formación integral de todas las alumnas y alumnos en edad de escolarización obligatoria.

- **Fomentar** entre el alumnado la adquisición de hábitos permanentes de actividad física y deportiva, como elemento para su desarrollo personal y social.
- **Realizar** actividades físico-deportivas de manera voluntaria, primando de manera especial los aspectos de promoción, formativos, recreativos y cubrir parte del tiempo de ocio de manera activa, lúdica y divertida.
- **Ofrecer** a nuestro alumnos y alumnas programas de actividades físicas y deportivas (participativas o competitivas) adecuadas a su edad y necesidades, y en consonancia con el desarrollo del currículo de la Educación Física .
- **Ser un elemento** coadyuvante para la integración de los colectivos desfavorecidos, tales como inmigrantes, deprimidos socioeconómicos, personas con discapacidad, etc.
- **Hacer de** la práctica deportiva un instrumento para la adquisición de valores tales como la solidaridad, la colaboración, el diálogo, la tolerancia, la no discriminación, la igualdad entre sexos, la deportividad y el juego limpio.
- **Favorecer** la utilización de las instalaciones deportivas escolares en horario no lectivo por el alumnado.

# **3. Descripción de las Actividades Deportivas.**

# 3.1) Objetivos específicos de las Actividades Deportivas.

## 3.1.1) OBJETIVOS CONCEPTUALES:

- Conocer más y mejor distintos deportes alternativos que se pueden practicar en los diferentes Centros públicos educativos de Andalucía.
- Acercar el deporte a todos/as los alumnos/as del centro independientemente de sus posibilidades físicas, sociales y económicas bajo un entorno de igualdad.
- Presentar el deporte y su práctica como acción necesaria, lúdica, sana y saludable.
- Adquirir las destrezas mínimas generales en cada una de las modalidades trabajadas que asiente unas bases de conocimiento de cada disciplina.
- Entender el deporte como complemento fundamental de la vida cotidiana para un óptimo desarrollo físico y personal.
- Conseguir que todo el alumnado participante se sienta satisfecho consigo mismo y disfrute plenamente de la participación deportiva en cada una de sus disciplinas.
- Descubrir las múltiples posibilidades que nos ofrece el deporte de forma integral y general así como las que posee cada uno/a de los participantes.
- Saber elegir con conocimiento otras posibilidades deportivas presentadas en la Escuela Pública de Andalucía.
- Instruir al alumnado en modalidades deportivas conocidas por la mayoría pero con un desarrollo y entrenamiento más profundo y continuo.
- Educar para el disfrute, respeto, tolerancia y solidaridad en la práctica deportiva.
- Definir los principios básicos y generales de cada deporte que se trabaje en las distintas actividades.
- Dominar las principales técnicas básicas de cada uno de los deportes trabajados en las actividades.
- Advertir de la importancia de una práctica deportiva segura.
- Indicar los principales hábitos deportivos saludables existentes así como una buena conducta deportiva basada en el "Fair-Play".
- Señalar las distintas reglas fundamentales de las disciplinas deportivas que se desarrollen para un conocimiento objetivo y real de éstas.
- Informar de todo lo concerniente de cada deporte a los alumnos/as que muestren un interés especial por su práctica.

### **3.1.2) OBJETIVOS PROCEDIMENTALES:**

- Potenciar el interés por la práctica deportiva conociendo sus múltiples ventajas.
- Desarrollar distintas capacidades físicas generales de manera progresiva, siempre acorde con el nivel previo y posibilidades de cada participante.
- Adquirir nociones deportivas teóricas que permitan una buena práctica segura y responsable así como productiva.
- Llevar a cabo actividades deportivas divertidas que beneficien las diferentes capacidades físicas generales.
- Experimentar las propias y múltiples capacidades que tenemos para la práctica deportiva general a través de las diferentes actividades propuestas.
- Realizar juegos y competiciones entre compañeros/as que trabajen el sentimiento de grupo y pertenencia dentro de un contexto de deportividad.
- Analizar como desarrollar cada cualidad física siempre de forma saludable y beneficiosa con la adecuación del esfuerzo y entrenamiento progresivo.
- Fomentar la capacidad de trabajo colectivo de manera deportiva.
- Participar en las distintas actividades que se propongan de manera deportiva, cooperativa, respetuosa y grupal.
- Capacitar al alumnado para lograr los objetivos que vayan proponiéndose a lo largo del curso a través del trabajo colectivo y esfuerzo personal.
- Explicar cómo ejercitarse sin riesgo de ocasionarse las lesiones más comunes por falta de conocimiento de las bases fundamentales deportivas.
- Formar en distintas disciplinas para disfrutar, opinar, evaluar y elegir libremente.
- Ejercitar el cuerpo, la mente, la salud y la autoestima de forma integral y motivadora para un desarrollo óptimo de estas características.
- Prevenir los principales riesgos y lesiones más comunes.
- Progresar en cada uno de los deportes propuestos así como en el estado físico general.
- Ampliar conocimientos deportivos y físicos.
- Aprender distintos hábitos de vida saludable en materia de alimentación y nutrición general.
- Desarrollar la imaginación y creatividad a la hora de practicar deportes distintos.
- Trabajar espíritu deportivo de compañerismo, respeto y solidaridad.



### **3.1.3) OBJETIVOS ACTITUDINALES:**

- Valorar el esfuerzo propio y colectivo en las diferentes prácticas deportivas.
- Rechazar actitudes antideportivas e insolidarias con los compañeros/as a fin de cultivar espíritu deportivo.
- Destacar la importancia del trabajo grupal, solidario y colaborativo para el logro de metas comunes.
- Apreciar el deporte y las grandes posibilidades sociales que ofrece para una vida sana y equilibrada.
- Respetar los límites propios del cuerpo así como el de los demás para una práctica deportiva segura.
- Sensibilizar al alumnado con las dificultades que nos podemos encontrar en la vida y aumentar el afán de superación a través del trabajo y esfuerzo dentro de un marco respetuoso con el entorno que nos rodea.
- Reforzar la autoestima positivamente mediante una práctica del deporte sana y divertida trabajando e interactuando con los demás.
- Aceptar en juegos deportivos los equipos mixtos sin ningún tipo de prejuicio en aquellos casos que sea necesario.
- Contribuir a que el alumnado vaya expresándose y participando de manera más segura y autónoma en las actividades.
- Disfrutar de las actividades, del deporte en general y de los compañeros/as.
- Desestimar actitudes negativas e inoperantes a la hora de realizar actividades individuales y comunes que no respetan la colectividad.
- Tomar conciencia de la importancia de respetar nuestro cuerpo, lo que nos ofrece y cuidarlo.
- Admitir a todos en el grupo y actividades, con independencia de sexo, lugar de nacimiento así como su situación socio-económica.
- Responsabilizar al alumnado con una práctica del deporte responsable, disciplinada consigo mismo y siempre segura, a fin de evitar lesiones.
- Aumentar el círculo de amigos/as y vínculos que existan entre los participantes de las actividades estrechando las relaciones entre éstos.
- Afianzar la confianza en uno mismo y en sus propias posibilidades que todos/as tenemos para afrontar diferentes proyectos.
- Respetar y cuidar el material utilizado responsabilizándose en el uso adecuado de éste como elementos comunes.

## 3.2) Síntesis del trabajo programado a desarrollar.

Cada una de las siguientes actividades está sinópticamente planificada de manera general. Posteriormente serán descritas y desarrolladas con detalle en las diferentes unidades didácticas correspondientes a las diferentes sesiones de entrenamiento. Estas unidades didácticas y planificación específica responde de manera concreta a las necesidades de cada uno de los grupos participantes, adaptándose a las edades, nivel y conocimientos previos presentados por el alumnado a fin de maximizar los resultados.

### 3.2.1) Atletismo:

- Historia general del atletismo. Atletismo como base del deporte. Modalidades olímpicas principales. Disciplinas a trabajar durante el curso. Beneficios del Atletismo en todas sus dimensiones y disciplinas. Bases pedagógicas aplicadas. Descripción teórica de los contenidos. Conductas, evaluaciones y participaciones. Importancia del plano psicológico en el deporte. Formación teórica.
- Fases del entrenamiento deportivo. Calentamiento. Ejercicios de calentamiento. Aprendiendo a calentar. Fases Específicas. Distintos trabajos concretos. Sesiones progresivas. Límites y tolerancia deportiva.
- Resistencia. Velocidad. Potencia. Trabajo progresivo escalonado. Circuitos. Gimnasia general. Fase de vuelta a la calma. Estiramientos. Importancia del estiramiento. Relajación. Ejercicios de relajación. Multijuegos.
- Prácticas Atléticas. Marcha. Carreras. Saltos. Lanzamientos. Resistencia. Relevos. Saltos. Vallas. Triple Salto. Longitud. Altura. Musculación. Flexibilidad. Técnicas de carrera. Recuperaciones. Control Cardíaco. Salidas. Llegadas. Ejercicios aeróbicos. Ejercicios anaeróbicos. Competición.
- Nutrición y alimentación. Dieta equilibrada. Importancia de la hidratación. Preparación del entrenamiento. Prevención de riesgos. Principales lesiones en atletismo. Fases de recuperación. Deportividad competitiva.

### 3.2.2) Baloncesto :

- Historia general del Baloncesto. Contenidos a trabajar durante el curso. Baloncesto como deporte grupal. Bases pedagógicas del Baloncesto. Beneficios del Baloncesto. Conductas, evaluaciones y participaciones. Importancia del plano psicológico en el deporte. Formación teórica. Fundamentos básicos.
- Fases del entrenamiento deportivo. Calentamiento. Ejercicios de calentamiento. Aprendiendo a calentar. Fases Específicas. Distintos trabajos concretos. Sesiones progresivas. Límites y tolerancia del deportista.
- Preparación física general. Preparación física específica del Baloncesto. Trabajo progresivo escalonado. Circuitos. Gimnasia preparatoria general. Fase de vuelta a la calma. Estiramientos. Importancia del estiramiento. Relajación. Ejercicios de relajación. Multijuegos.
- Prácticas de Baloncesto. Reglas del juego. Juego ofensivo. Juego defensivo. Lanzamientos. Pases. Recepción. Driblar. Rebote defensivo. Rebote ofensivo. Movimientos sin balón. Bloqueos. Tiros libres. Posicionamiento básico. Jugadas principales. Tácticas. Competición.
- Nutrición y alimentación. Dieta equilibrada. Importancia de la hidratación. Preparación del entrenamiento. Prevención de riesgos. Principales lesiones en el Baloncesto. Salud y deporte. Fases de recuperación. Deportividad competitiva. "Fair Play".

### **3.2.3) Balonmano:**

- Historia general del Balonmano. Contenidos a trabajar durante el curso. Balonmano como deporte grupal. Bases pedagógicas del Balonmano. Beneficios del Balonmano. Conductas, evaluaciones y participaciones. Importancia del plano psicológico en el deporte. Formación teórica. Fundamentos básicos.
- Fases del entrenamiento deportivo. Calentamiento. Ejercicios de calentamiento. Aprendiendo a calentar. Fases Específicas. Distintos trabajos concretos. Sesiones progresivas. Límites y tolerancia del deportista.
- Preparación física general. Preparación física específica del Balonmano. Trabajo progresivo escalonado. Circuitos. Gimnasia preparatoria general. Fase de vuelta a la calma. Estiramientos. Importancia del estiramiento. Relajación. Ejercicios de relajación. Multijuegos.
- Prácticas de Balonmano. Reglas del juego. Juego ofensivo. Juego defensivo. Lanzamientos. Pases. Recepción. Tiros. Acoso al adversario. Sistemas de ataque. Sistemas de defensa. Superioridad e inferioridad numérica. Zonas. Blocajes. Movimientos sin balón. Posicionamiento básico. Jugadas principales. Tácticas. Competición. Juegos aplicados. Golpes francos. Portero. Anticipación.
- Nutrición y alimentación. Dieta equilibrada. Importancia de la hidratación. Preparación del entrenamiento. Prevención de riesgos. Principales lesiones en el Balonmano. Salud y deporte. Fases de recuperación. Deportividad competitiva. "Fair Play".

### **3.2.4) Fútbol-Sala:**

- Historia general del Fútbol-Sala. Contenidos a trabajar durante el curso. Fútbol-Sala como deporte grupal. Bases pedagógicas del Fútbol-Sala. Beneficios del Fútbol-Sala. Conductas, evaluaciones y participaciones. Importancia del plano psicológico en el deporte. Formación teórica. Fundamentos básicos.
- Fases del entrenamiento deportivo. Calentamiento. Ejercicios de calentamiento. Aprendiendo a calentar. Fases Específicas. Distintos trabajos concretos. Sesiones progresivas. Límites y tolerancia del deportista.
- Preparación física general. Preparación física específica del Fútbol-Sala. Trabajo progresivo escalonado. Circuitos. Gimnasia preparatoria general. Fase de vuelta a la calma. Estiramientos. Importancia del estiramiento. Relajación. Ejercicios de relajación. Multijuegos.
- Prácticas de Fútbol-Sala. Reglas del juego. Tiros. Controles. Pases. Remates. Driblar. Tácticas. Grupal. Colectiva. Individual. Tipos de defensa. Tipos de ataques. Despliegues. Marcaciones. Repliegues. Zonas defensivas. Zonas de ataques. Coberturas. Vigilancias. Sustituciones.
- Nutrición y alimentación. Dieta equilibrada. Importancia de la hidratación. Preparación del entrenamiento. Prevención de riesgos. Principales lesiones en el Fútbol-Sala. Salud y deporte. Fases de recuperación. Deportividad competitiva. "Fair Play".

### 3.2.5) Voleibol:

- Historia general del Voleibol. Contenidos a trabajar durante el curso. Voleibol como deporte grupal. Bases pedagógicas del Voleibol. Beneficios del Voleibol. Conductas, evaluaciones y participaciones. Importancia del plano psicológico en el deporte. Formación teórica. Fundamentos básicos.
- Fases del entrenamiento. Calentamiento. Ejercicios de calentamiento. Aprendiendo a calentar. Fases Específicas. Distintos trabajos concretos. Sesiones progresivas. Límites y tolerancia del deportista.
- Preparación física general. Preparación física específica del Voleibol. Trabajo progresivo escalonado. Circuitos. Gimnasia preparatoria general. Fase de vuelta a la calma. Estiramientos. Importancia del estiramiento. Relajación. Ejercicios de relajación. Multijuegos.
- Prácticas de Voleibol. Recepciones. Posiciones brazos. Saltos. Tácticas. Defensa. Ataque. Remates. Bloqueos. Fintas de colocación. Preparación al remate. Posicionamiento básico. Servicio. Golpeos en suspensión. Caídas. Planchas. Colocación y trabajo de dedos. Tipos de saque. Métodos.
- Nutrición y alimentación. Dieta equilibrada. Importancia de la hidratación. Preparación del entrenamiento. Prevención de riesgos. Principales lesiones en el Voleibol. Salud y deporte. Fases de recuperación. Deportividad competitiva. "Fair Play".

## 3.3) Metodología para las Actividades.

La metodología para desarrollar las diferentes actividades de deporte planteadas en este proyecto es, ante todo, una metodología basada en la participación activa constante de los/as alumnos/as a través de dinámicas y ejercicios totalmente prácticos desde la primera sesión de entrenamiento.

La mejora en el rendimiento deportivo y educativo se basa en el trabajo general así como en el trabajo específico, por lo que las sesiones intercalan estos tipos de ejercicios a fin de alcanzar las mejoras y progresos en todos los aspectos psicomotores que intervienen en la práctica deportiva.

Independientemente, se profundiza en ciertos conceptos teóricos básicos de cada deporte, a fin de que el alumnado reciba, de forma integral, la formación y conocimientos necesarios para afrontar los entrenamientos con garantía y seguridad, asentando también las bases teóricas necesarias de una práctica deportiva logrando un aprendizaje significativo de cada deporte.

Mediante las unidades didácticas y planificación pertinente se persigue una evolución y consecución de los objetivos propuestos; tratando de lograr éstos de manera homogénea en el grupo. De este modo el colectivo se beneficia y todos/as los participantes avanzan en su desarrollo.

Para ello la propuesta es dinámica y adaptada a las necesidades, pero con la práctica y movilidad constante como eje direccional de nuestra metodología Escolar y Deportiva.

## 3.4) Evaluación Interna del proyecto:

La evaluación interna del proyecto se basa en dos directrices generales.

Por un lado se valora y evalúa la participación global del alumnado. Para este punto se comparan las estadísticas de participación así como la aceptación numérica del proyecto en sus diferentes áreas. Del mismo modo se tienen en cuenta las opiniones y sugerencias presentadas por los participantes a fin de conocer de primera mano las sensaciones e inquietudes, así como puntos de mejora que planteen los/as participantes de cara a futuras participaciones en el proyecto. Para el centro escolar es importante conocer la opinión de la comunidad educativa sobre un proyecto de la dimensión que se nos plantea en éste.

Mientras que por el otro, se comprueban los avances, desarrollos y mejoras detectadas y evaluadas en los/as participantes en las distintas actividades. Para ello, se realiza un seguimiento personalizado de cada uno/a de ellos/as partiendo de sus ideas y conocimientos previos hasta la situación exacta en la que se determine la evaluación.

# **4. Presupuesto del Proyecto**

<b>PRESUPUESTO DEL PROYECTO</b>			
<b>CONCEPTO</b>			<b>COSTO TOTAL</b>
<b>INFRAESTRUCTURA</b>			
Costo material fungible, redes, balones, equipaciones, estimativo.....		1.000,00	
<b>TOTAL INFRAESTRUCTURA.....</b>			<b>1.000,00</b>
<b>COSTO DE PERSONAL</b>			
Número de grupos.....	6		
Total de alumnos/as por grupo	16		
Total de Alumnos/as	96		
Costo Teórico por alumno/a (Igual que una actividad Extraescolar)	13 Euros		
TOTAL MENSUAL (13*96)	1.248,00		
TOTAL CURSO ( 1.248,00*8)	9.984,00		
<b>TOTAL COSTO DE PERSONAL.....</b>			<b>9.984,00</b>
	<b>TOTAL GENERAL .....</b>		<b>10.984,00</b>

El presente proyecto tiene un coste total de **10.984,00 Euros**, por lo que se solicita a la Consejería de Educación una subvención de dicho importe, para poder realizarlo.

## 4.1) COMPROMISO QUE ASUME EL CENTRO

Tal como recoge el acta de la sesión del Consejo Escolar que se adjunta se aprobaron los siguientes compromisos y acuerdos:

- 1) Aprobar el Proyecto por unanimidad.
- 2) Mantener el proyecto en cursos sucesivos.
- 3) Incluir en el Plan anual del Centro del próximo curso, todas las actividades contenidas en el proyecto.
- 4) Nombrar al Profesorado de Educación Física, Coordinador del Proyecto.
- 5) Constituir una Comisión Deportiva Escolar.
- 6) El Centro de sus propios recursos, aportará al proyecto 100 euros.
- 7) La Asociación de Madres y Padres de Alumnos/as (A.M.P.A.), aportará también 100 euros.
- 8) El Ayuntamiento se compromete a utilizar más recursos, sin determinar cuantía.

Así mismo queremos reflejar, el pronunciamiento de todos los sectores del Consejo Escolar: Claustro, Padres y Madres, A.M.P.A., que reflejaron que mandarían carta de apoyo al proyecto a la Consejería de Educación.



## **4.2) DOCUMENTACIÓN ANEXA QUE SE PRESENTA**