Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

Escuelas Deportivas

1. Fundamentación

Este programa se basa en el convencimiento de que el deporte debe fomentar la autonomía personal y debe enseñar a utilizar el tiempo de ocio, evitando el sedentarismo. Se trata de abordar una aproximación más completa e integradora de la actividad física que eduque en valores individuales y sociales, convirtiendo el deporte en una diversión y un placer y no en una obligación para los niños/as y jóvenes. Pretendemos poner en marcha este programa en el centro para apoyar la labor de difusión del deporte y de fomento de una vida sana que siempre se ha transmitido a los alumnos y alumnas de este colegio.

2. Objetivos Generales:

Con la participación de nuestro centro en el programa “El Deporte en la Escuela” se busca la promoción, organización, ejecución y difusión de las actividades de índole físico-deportivas, persiguiendo los siguientes objetivos:

- Potenciar la práctica del deporte como ocio y complemento esencial para la formación integral de los alumnos y alumnas del centro, fomentando entre ellos la adquisición de hábitos relacionados con la actividad física y el deporte.

ESCUELAS DEPORTIVAS

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

- Presentar una oferta de actividades físicas y deportivas en consonancia con el desarrollo del currículo de la Educación Física en la Educación Primaria.
- Consolidar los hábitos deportivos adquiridos en la educación primaria a través del programa Deporte en la Escuela mediante la continuidad de las actividades deportivas.
- Fomentar a través de la práctica deportiva valores de solidaridad, colaboración, diálogo, tolerancia, no discriminación, coeducación, deportividad y juego limpio.
- Adaptar las planificaciones a la integración del alumnado de necesidades educativas especiales para favorecer su participación en el desarrollo de estas actividades.
- Implicar, cada vez más, a los distintos sectores de la Comunidad Escolar en las actividades deportivas del centro (padres, madres, maestros/as, monitores/as, alumnado, entidades de la zona).
- Facilitar las relaciones sociales con otros niños y niñas de diferentes centros a través de la participación en los eventos organizados tanto por el ayuntamiento como por la Asociación TRANS (juegos deportivos municipales, torneo de primavera, encuentros intercentros, jornadas deportivas...)

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

3. Destinatarios/as

Alumnado del centro educativo perteneciente a Educación Primaria.

4. Metodología:

El deporte debe fomentar la autonomía personal y debe enseñar a utilizar el tiempo de ocio, evitando el sedentarismo. Cada vez más debemos aproximarnos a una visión más completa e integradora de la actividad física que eduque en valores individuales y colectivos, convirtiendo el deporte en una diversión y un placer y no en una obligación para los niños/as.

Desde el proceso de inscripción a las actividades que se desarrollarán en el programa Escuelas Deportivas, se persigue la colaboración, el compañerismo y la consecución de equipos mixtos.

Una vez finalizado este proceso de inscripción, se clasificarán y asignarán los equipos y categorías para cada deporte. Según el número de equipos inscritos y las categorías, el Comité Técnico establecerá el calendario de actividades para el trimestre.

4.1. Deportes colectivos

Se asignarán dos horas semanales de entrenamiento a cada equipo de cada una de las modalidades, pudiendo entrenar juntos varios equipos de la misma categoría.

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

4.2. Deportes individuales

Se asignarán 2 horas semanales de entrenamiento para cada categoría y cada modalidad.

Al final del curso todos los niños y niñas que hayan participado en las actividades realizadas en el programa Escuelas Deportivas, estarán invitados al Encuentro Deportivo de TRANS "Juega Limpio". En dicho evento participarán todos los centros en los que la Asociación TRANS desarrolla actividades extraescolares.

5. Desarrollo y organización de los grupos:

Los grupos se organizarán por edades intentando ajustarnos lo máximo posible a las distintas categorías (prebenjamines, benjamines, alevines) y a las directrices que nos remita la delegación al respecto.

Estos grupos se dividirán en equipos y deportistas individuales que participarán en las competiciones, que se realizarán a lo largo del curso

6. Participación deportiva en cursos anteriores:

En la Asociación TRANS se ha fomentado siempre la participación del alumnado en las actividades deportivas por lo que, durante varios años hemos tenido actividades de

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

Multideporte para el alumnado que no cubre este programa y hemos gestionado y desarrollado el programa de Escuelas Deportivas desde su creación por la Delegación de Educación.

El alumnado asistente a dicho programa durante cursos anteriores ha participado en los siguientes eventos deportivos:

- Ligas internas de cada modalidad
- Partidos amistosos de navidad
- Encuentros deportivos con otros centros
- Encuentro deportivo de TRANS “Juego Limpio”
- Visita a la cancha oficial del equipo de baloncesto Unicaja
- Asistencia a un partido del equipo de baloncesto malagueño Unicaza
- Encuentro de Atletismo intercentros
- Convivencia y entrega de medallas como cierre del programa.

7. Instalaciones deportivas

Se usarán las instalaciones deportivas del centro que cuenta con: un cancha de baloncesto, campo de fútbol y una sala amplia. Siempre acordando su disponibilidad con la dirección dentro del horario extraescolar en el que se enmarcan estas actividades deportivas (16:00h. a 19:00h.).

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

8. Calendarización

El programa se desarrollará a lo largo del curso en horario no lectivo. Los entrenamientos de las diferentes modalidades se realizarán en días alternos (lunes-miércoles, martes-jueves o viernes). Los partidos intercentros y las competiciones se realizarán en horario matutino los sábados. En todo caso las instalaciones deportivas del centro permanecerán abiertas desde las 16:00 hasta las 19:00 para su utilización siempre que sea necesario para la realización de las actividades programadas.

9. Seguimiento y Evaluación

El control de asistencia diaria del alumnado se realizará mediante listas en cada sesión y en las competiciones. Las faltas deberán ser justificadas mediante el documento oportuno o a través de la familia.

Se realizará una evaluación inicial para detectar las capacidades, aptitudes, habilidades... de los jóvenes participantes, encaminada a adaptar los diseños de las planificaciones a los miembros de cada equipo.

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

Durante el curso los monitores y monitoras harán un informe en el que evaluarán la motivación de los niños y niñas, mediante la asistencia y la implicación individual y del equipo en las actividades externas. Poniendo especial atención a los comportamientos solidarios, respetuosos y de compañerismo tanto con los miembros de su equipo como con los miembros de los equipos contrincantes.

Se evaluará la implicación de los diferentes agentes de la comunidad educativa a través de su participación en las tareas de difusión, colaboración y apoyo en la vida deportiva del centro.

Los indicadores que se tomarán en cuenta para la evaluación del programa serán:

- La participación, el interés y el compromiso del alumnado y de su familia en el desarrollo de cualquier modalidad.
- El comportamiento del alumnado con respecto al juego en equipo y las relaciones entre compañeros/as.
- La participación del alumnado en las competiciones fijadas durante el curso.

10. Propuestas de mejora

Las mejoras que proponemos desde la Asociación TRANS para el programa Escuelas Deportivas se basan en los más de 9 años de experiencia realizando estas actividades en distintos centros educativos y el interés que nos une a toda la

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

comunidad educativa que es la máxima calidad en todos los servicios que utilice el alumnado:

- Promoción del programa entre el alumnado antes de la realización de las inscripciones.
- Reunión informativa con las familias previa al comienzo del programa.
- Actualización de un panel informativo e ilustrativo de todas las actividades llevadas a cabo por los deportistas y las deportistas del programa.
- La entidad aportará todo el material deportivo necesario para la realización de las actividades, reponiendo en todo momento el material que se ha requerido para el correcto desarrollo del programa, pudiendo contribuir a la mejora del equipamiento del centro cuando se considere oportuno por parte del centro y la propia entidad.

11. Objetivos Específicos

A continuación desarrollamos más específicamente algunos ejemplos de distintos talleres deportivos, incluyendo para cada uno:

- Objetivos
- Metodología y actividades
- Competiciones y/o exhibiciones previstas

ESCUELAS DEPORTIVAS

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

- Evaluación

ESCUELAS DEPORTIVAS

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

Actividad

Aerobic

Objetivos

- Regular y dosificar su esfuerzo llegando a un autonivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea que realiza, utilizando como criterio fundamental de valoración dicho esfuerzo y no el resultado obtenido.
- Resolver problemas que exijan el dominio de patrones motores básicos adecuándose a los estímulos perceptivos y seleccionando los movimientos, previa evaluación de sus posibilidades.
- Utilizar sus capacidades físicas básicas y destrezas motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
- Conocer y valorar la diversidad de actividad física y deportivas y los entornos en que se desarrollan, participando en su conservación y mejora.

Metodología y Actividades

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

El desarrollo de la actividad se lleva a cabo en un ambiente centrado en la cooperación y en el fomento del disfrute con el deporte. La sesión estará dividida en tres fases: calentamiento, ejercicio aeróbico y estiramiento. Persiguiendo unos hábitos saludables respecto a la actividad deportiva.

Las actividades van encaminadas a que los niños/as conozcan, aprendan, y progresen en una forma diferente el ejercicio físico.

Evaluación

La actividad de Aeróbic se evaluará teniendo en cuenta:

- La participación en la actividad y la habilidad y destreza mostradas en las realizaciones concretas.
- La integración en el grupo y la adecuación de su conducta habitual a las normas de convivencia.
- Interés y actitud que muestra hacia los contenidos que se han trabajado.

ESCUELAS DEPORTIVAS

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

Actividad

Fútbol-Sala

Objetivos

- Conseguir establecer un Juego Limpio en la práctica de la actividad
- Fomentar el respeto hacia los demás compañeros y hacia los materiales utilizados
- Usar correctamente los materiales
- Participar activamente en los juegos y ejercicios
- Trabajar de manera colectiv en el desarrollo del deporte

Metodología y Actividades

El desarrollo de la actividad se lleva a cabo en un ambiente centrado en la cooperación y en el fomento del disfrute con el deporte. La sesión estará dividida en tres fases: calentamiento, entrenamiento específico y vuelta a la calma. Persiguiendo unos hábitos saludables respecto a la actividad deportiva.

Las actividades van encaminadas a que los niños/as aprendan, y progresen en la práctica del deporte de forma respetuosa, con juegos en grupo y de fomento del equipo. También realizamos actividades de cooperación – oposición en las que el objetivo no es ganar ni ser

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

mejor que el otro, sino completarlo y divertirse con los compañeros, adaptándose siempre a la edad del grupo.

Evaluación

Las pautas de observación con las que se evaluará esta actividad serán las siguientes:

- La participación en la actividad y la habilidad y destreza mostradas en las sesiones concretas.
- La integración en el grupo y la adecuación de su conducta habitual a las normas de convivencia y de juego.
- Interés y actitud que muestra en los entrenamientos.

ESCUELAS DEPORTIVAS

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

Actividad

Vóley

Objetivos:

- Mejorar y profundizar en el conocimiento del vóley a nivel técnico, táctico y reglamentario.
- Participar en las actividades con independencia del nivel de destreza y colaborar dentro de sus posibilidades con las tareas del equipo.
- Organizar, dirigir y participar en una competición para su grupo de compañeros/as, sin discriminación de sexos ni de otras diferencias sociales.

Metodología y Actividades

Las sesiones de vóley se llevarán a cabo siempre en un ambiente distendido y lúdico, en el que se irá persiguiendo la autonomía activa de cada individuo y familiarizando a cada alumno y alumna con la dinámica del juego. Dotando de unas bases teóricas mínimas para que entiendan el por qué y el para qué de cada uno de los ejercicios que se realizan. Cada sesión estará adaptada a la edad del grupo.

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

Evaluación

Las pautas de observación con las que se evaluará esta actividad serán las siguientes:

- La participación en la actividad y la habilidad y destreza mostradas en las sesiones concretas.
- La integración en el grupo y la adecuación de su conducta habitual a las normas de convivencia y de juego.
- Interés y actitud que muestra en los entrenamientos.

Actividad

Yoga

Objetivos

- Desarrollo de la expresión corporal y autonocimiento.
- Desarrollo de la percepción de la espiritualidad y la sensibilidad.
- Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices.
- Conocer los grupos corporales del deporte y aprender los más básicos.
- Desarrollar capacidades de autocontrol, relajación y bienestar físico y emocional.

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

- Practicar ejercicios con música, elementos corporales y aparatos.

Metodología y Actividades

El alumnado aprenderá los elementos básicos mediante ejercicios específicos; algunos elementos bienestar integral se incluirán en el calentamiento, así su práctica diaria hará que el alumnado mejore con la experiencia. Después del calentamiento se trabajarán los ejercicios, con una preparación específica para aumentar la capacidad de control de nuestros cuerpos(autoconocimiento, autocontrol...). También haremos juegos para hacer más amena la preparación y que el alumnado ponga mayor interés. La práctica diaria de los ejercicios individuales con música mejorará en el aprendizaje del alumnado, a largo plazo se observará que el grado de fluidez y facilidad ha mejorado.

Evaluación

Las pautas de observación con las que se evaluará esta actividad serán las siguientes:

- La participación en la actividad y la habilidad y destreza mostradas en las sesiones concretas.

ESCUELAS DEPORTIVAS

Asociación **TRANS**
C/ Juan Martínez Montañés nº 7, 29004 Málaga
Tel: 952082989 / Fax: 951092902
E-mail: info@asociaciontrans.org

- La integración en el grupo y la adecuación de su conducta habitual a las normas de convivencia y de juego.
- La implicación de los menores a entender y poner en práctica los principios fundamentales del Yoga.