

IES EL ESCORIAL



PROYECTO DEPORTIVO DE CENTRO

Propuesta para el curso 2025-2026

ÍNDICE

1.	DATOS DEL CENTRO	1
2.	COORDINACIÓN DEL PROYECTO DEPORTIVO DE CENTRO	2
3.	SEÑAS DE IDENTIDAD Y ORIENTACIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA	3
4.	ALUMNADO	5
5.	CONTRIBUCIÓN A LAS COMPETENCIAS BÁSICAS	6
6.	OBJETIVOS	7
7.	RECURSOS HUMANOS. DETERMINACIÓN DE LOS MODELOS DE DESARROLLO	8
8.	INSTALACIONES Y EQUIPAMIENTOS	9
9.	OFERTA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA EN EL CENTRO EDUCATIVO	10
10.	PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y SALUD.....	12
11.	ACUERDOS Y ACCIONES CON OTRAS INSTITUCIONES	17
14.	PRESUPUESTO ANUAL	18
15.	EVALUACIÓN DEL PROYECTO DEPORTIVO DE CENTRO	18

PROYECTO DEPORTIVO DE CENTRO

1. DATOS DEL CENTRO

1.1. CARACTERÍSTICAS DEL ENTORNO

El IES El Escorial es un centro de enseñanza público situado en el municipio de El Escorial, dentro de la Comunidad de Madrid. Se trata de una localidad situada al noroeste de la capital, en una zona que, por su riqueza medioambiental y cultural, puede considerarse privilegiada. La comunicación con la ciudad de Madrid mediante transporte público incluye tren y autobuses interurbanos en los que acceden al centro algunos alumnos y profesores. El centro dispone de varias rutas de autobuses de transporte escolar para los alumnos de etapas obligatorias que viven fuera del casco urbano, en urbanizaciones que pertenecen al término municipal de El Escorial (Peralejo, Las Suertes, Los Arroyos, Las Zorreras, Alcor, Pinosol), en pueblos cercanos al municipio como San Lorenzo de El Escorial, Zarzalejo y Guadarrama.

1.2. CARACTERÍSTICAS DEL MUNICIPIO

El término municipal de El Escorial se extiende por una superficie de 68,75 Km², constituyendo un municipio de tamaño medio-grande en cuanto a extensión.

La población empadronada en el municipio es de 15.342 personas (2015), con un porcentaje de menores de 15 años (grado de juventud) del 15,7%, inferior al de la Comunidad de Madrid en conjunto (19,3%). El porcentaje de población extranjera se acerca al 11% (2015), algo inferior a la media madrileña (12,6%).

La población en el término se distribuye en tres grandes ubicaciones: mientras que más del 70% vive en el casco urbano, algo menos del 25% vive en las urbanizaciones de la zona de Las Zorreras-Los Arroyos y el resto (menos del 7%) en otras urbanizaciones.

1.3. DATOS DE CARÁCTER SOCIOECONÓMICO

EL PIB municipal per cápita es de 12.687 euros, muy inferior al de la comunidad (30.834). Como sucede en el conjunto de la región, la mayor parte de la población laboral trabaja en el sector servicios, con un alto porcentaje en el sector de comercio y hostelería, estando también altamente representado el sector de la construcción.

El porcentaje de paro registrado es algo inferior (6,45 %) a la media provincial (7,82 %).

La renta per cápita de la población escurialense (17.914 €) es ligeramente inferior a la media de la Comunidad de Madrid (18.033 €) en datos de 2010.

1.4. DATOS DE CARÁCTER EDUCATIVO

De la población estudiantil no universitaria de El Escorial, el 50,7% se escolariza en centros públicos, según datos provisionales de 2015, lo que constituye un dato algo inferior al del conjunto de la Comunidad (54,9%).

En la localidad, el IES El Escorial es el único centro público que imparte enseñanzas de educación secundaria, habiendo un centro privado concertado en ESO que también imparte estas etapas.

2. COORDINACIÓN DEL PROYECTO DEPORTIVO DE CENTRO

El profesional docente idóneo para llevar a cabo la coordinación general del Proyecto Deportivo de Centro (PDC) es el profesorado de Educación Física, aunque este proyecto ha sido elaborado por la Coordinadora IPAFD (docente de inglés y Jefa de Estudios Adjunta) y también busca, en mayor o menor medida, la colaboración y la implicación del resto de la comunidad educativa: miembros del equipo directivo, del AMPA, departamento de Actividades Complementarias y Extraescolares, tutores...

Por otra parte, la coordinación del proyecto deportivo debe tener un programa de apoyo al **PERSONAL TÉCNICO**, a través de acciones concretas, por ejemplo:

- Proporcionar al personal técnico una herramienta donde plasmar por escrito el contenido de sus programaciones hasta concretar las actividades de cada una de las sesiones de acuerdo a los objetivos del PDC, para cada una de las fases. Información inicial y calentamiento, logro de objetivos y análisis de resultados final y vuelta a la calma fisiológica.
- Facilitar estrategias didácticas para el diseño de actividades de enseñanza-aprendizaje y de evaluación para una adecuada gestión de la sesión (tiempo, material, alumnado, etc.).
- Dinamizar el contacto permanente del personal técnico con las familias.
- Mantenerlos informados de propuestas de formación permanente.
- Animarlos a presentar experiencias y compartir inquietudes con otros profesionales del sector (conferencias, jornadas...).
- Proporcionar ejemplos de programaciones, unidades didácticas ya publicadas, páginas web donde encontrar material de ayuda, etc.
- Proporcionar estrategias de inclusión del alumnado con discapacidad.

2.1. FUNCIONES DE LA COORDINACIÓN DEPORTIVA DE CENTRO:

- a. Realizar el diagnóstico inicial para la elaboración de un PDC realista y adecuado a los intereses y necesidades de la población escolar.
- b. Elaborar y actualizar el PDC.
- c. Incluir el PDC en el Proyecto Educativo y la Programación General Anual.
- d. Incluir las normas de convivencia específicas para el programa.
- e. Sensibilizar a la Comunidad Educativa.
- f. Elaborar y distribuir de forma habitual las actividades deportivas del centro.
- g. Coordinar al equipo técnico que nos proporcionan las federaciones.
- h. Supervisar la aplicación de las distintas programaciones.
- i. Coordinar el uso de los equipamientos deportivos escolares, velar por su buen estado, incluyendo el material deportivo.
- j. Vincular el PDC con el entorno más próximo: municipios, clubes, asociaciones...
- k. Difundir las actividades deportivas del PDC (página web del centro, blog, etc.).
- l. Implicar al alumnado en el PDC.
- m. Distribuir los recursos económicos.
- n. Elaboración de una memoria final.

3. SEÑAS DE IDENTIDAD Y ORIENTACIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA

3.1. SEÑAS DE IDENTIDAD

Las señas de identidad de nuestro centro vienen configuradas por su carácter público, por la comunidad a la que atiende, por las enseñanzas que imparte, por la estructura de las instalaciones y las posibilidades a que dan lugar y por el entorno natural y cultural en que se ubica.

En el IES El Escorial se imparte enseñanza secundaria obligatoria (ESO) y no obligatoria (Bachillerato y enseñanzas de formación profesional, tanto formación profesional básica y programas profesionales de modalidad especial como de ciclo medio (jardinería y floristería) y superior (gestión forestal y del medio natural, paisajismo y gestión medioambiental). Contempla enseñanzas bilingües en inglés en la ESO desde el curso 2012/13. Se trata del único centro público de enseñanza secundaria del municipio y uno

de los pocos centros públicos de la Comunidad de Madrid donde se imparten enseñanzas de formación profesional de la familia de Actividades Agrarias. Es, pues, un centro heterogéneo que integra alumnado diverso de distintas procedencias y con varias necesidades educativas, lo que conlleva el interés del mismo por desarrollar programas educativos destinados a la compensación de desigualdades intelectuales, socioeconómicas y culturales. Y ello sin desatender a los intereses de aquellos alumnos que no están integrados en ningún programa educativo singular.

El IES El Escorial es **centro preferente de escolarización de alumnos con discapacidad motora**, característica que implica una dotación de recursos personales y materiales específicos, pero también una riqueza y diversidad destacable. Además, en los últimos años, el centro se ha enriquecido con un mayor número de alumnos ACNEE y ACNEAE, lo que conecta directamente con la **línea de actuación del centro**, que busca reforzar y dar visibilidad a las siguientes señas de identidad:

1. Promoción e integración de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación en la práctica docente y organizativa del centro.
2. Identificación del centro con su entorno y con la defensa de la calidad y valor de su medio natural y cultural, y
3. Búsqueda de la mejora educativa del centro, incluyendo la atención a la diversidad y la adquisición de competencias educativas en todos los ámbitos.

3.2. ORIENTACIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA

La orientación de la práctica deportiva en el centro busca crear un clima acogedor y confortable que anime a los alumnos y alumnas a acudir al centro. Además, se fomenta una formación integral del alumnado desde el punto de vista intelectual, físico y afectivo-social. Se potencian los valores democráticos en general y, en especial, el respeto por los demás, el pluralismo y la solidaridad, entendido como compañerismo y colaboración; la coeducación en cuanto a igualdad de oportunidades sin diferencia de sexo; el sentido de trabajo de equipo ligado al de la responsabilidad dentro de un grupo; la realización de la actividad física y la puesta en marcha de la fuerza de voluntad y capacidad de superación como medios de desarrollo personal. Ese conjunto de valores que se pretende inculcar en el alumnado puede conseguirse a través de la práctica deportiva.

En esta línea y sabiendo que hay diferentes modos de orientar la práctica deportiva, se va a orientar en este centro hacia **la salud, la ocupación del tiempo libre y la competición escolar**.

4. ALUMNADO

Desde su creación, el IES El Escorial ha venido escolarizando cada curso alrededor de 600-650 alumnos distribuidos en 25-28 grupos. Sin embargo, desde el curso 2017/2018 se ha dado un crecimiento del número de alumnos, sobrepasando en la actualidad la cifra de 700 alumnos escolarizados.

Entre nuestros alumnos hay una gran diversidad de situaciones, que pueden verse reflejadas en los siguientes grupos:

- Población tradicional del municipio o de pueblos cercanos y que pudiéramos considerar como de procedencia rural, que suelen residir en el casco urbano.
- Población procedente fundamentalmente de familias que se han trasladado desde el área metropolitana de Madrid y muchas de las cuales suelen residir en urbanizaciones de la zona.
- Alumnos que viven en algunos centros de acogida de la localidad o poblaciones vecinas.
- Población de origen extranjero, hijos de trabajadores de otros países que se han instalado en este municipio o alumnos refugiados acogidos por ONGs asentadas en el municipio.
- Alumnos matriculados en los ciclos de formación profesional, de edades muy variadas, que proceden de distintas localidades de la Comunidad de Madrid, en ocasiones, bastante alejadas.
- Alumnos del Módulo Profesional de Modalidad Especial: alumnado con discapacidad intelectual mayor de 16 años.

El centro viene participando en las ocho últimas ediciones en el programa IPAFD en las modalidades de bádminton, tenis de mesa y patinaje. Cabe reseñar que hace dos cursos, el centro tuvo que renunciar a la modalidad de patinaje por falta de participación de facto por parte del alumnado. Además, el pasado curso, el centro intentó implementar la modalidad de pickleball con gran ayuda por parte del Departamento de Educación Física y, sin embargo, baja aceptación por parte del alumnado, por lo que no se pudo finalmente implementar al no alcanzar el mínimo de inscripciones necesarias.

Respecto a la distinción por sexos, se detecta una mayor participación de los chicos en la realización de actividades físicas y deportivas fuera y dentro del instituto en comparación con las chicas, si bien es cierto que durante el pasado curso la participación femenina se incrementó significativamente dentro del programa IPAFD, especialmente en la modalidad de bádminton.

Es objetivo de centro inculcar la idea de que las actividades físicas y deportivas son un hábito recomendable que todos los alumnos deben incluir en sus vidas. Para ello debemos ofrecerles

propuestas atractivas en las que puedan sentirse satisfechos e implicarse en su organización y puesta en acción. El Plan deportivo de Centro (PDC) puede ser un importante elemento de dicha propuesta.

5. CONTRIBUCIÓN A LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

A través del PDC, es posible contribuir de forma directa al desarrollo de algunas competencias básicas y hacer aportaciones indirectas en otras. Así:

- El PDC contribuye de manera directa y clara a la consecución de dos competencias básicas: **la competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico y la competencia social y ciudadana (competencias sociales y cívicas, en la LOMCE y en la LOMLOE)**. El cuerpo humano constituye una pieza clave en la interrelación de la persona con el entorno y la práctica deportiva está directamente comprometida con la adquisición del máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un entorno saludable.

Respecto a la **competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico**, la práctica deportiva proporciona conocimientos y destrezas sobre determinados hábitos saludables que acompañarán a los jóvenes más allá de la etapa obligatoria y, en este caso, fuera del horario escolar. Además, aporta criterios para el mantenimiento y mejora de la condición física, sobre todo, de aquellas cualidades físicas asociadas a la salud: resistencia cardiovascular, fuerza-resistencia y flexibilidad.

El PDC plantea situaciones especialmente favorables para la adquisición de las **competencias social y ciudadana**, tal y como se indica en el punto de la orientación deportiva del centro. Las actividades físicas son un medio eficaz para facilitar la integración y fomentar el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación, la igualdad y el trabajo en equipo. La práctica y la organización de las actividades deportivas colectivas exigen la integración en un proyecto común, y la aceptación de las diferencias y limitaciones de los participantes, siguiendo normas democráticas en la organización del grupo y asumiendo cada integrante sus propias responsabilidades. El cumplimiento de las normas y reglamentos que rigen las actividades deportivas colaboran en la aceptación de los códigos de conducta propios de una sociedad.

- El PDC contribuye destacadamente a la consecución de **autonomía e iniciativa personal**. Por un lado, se da la posibilidad al alumnado para participar por propia elección en una actividad organizada fuera del horario escolar y que requiere de cierto grado de compromiso. Por otro lado, lo hace en la medida en que enfrenta al alumnado a situaciones en las que debe manifestar autosuperación, perseverancia y actitud positiva ante tareas de cierta dificultad técnica o en la mejora del propio nivel de condición física, responsabilidad y honestidad en la aplicación de las reglas y capacidad de aceptación de los diferentes niveles de condición física y de ejecución motriz dentro del grupo.

- El PDC ayuda a la consecución de la **competencia para aprender a aprender** al ofrecer recursos para la oferta de las actividades físicas a partir de un proceso de experimentación. Todo ello permite que el alumnado sea capaz de regular su propio aprendizaje y práctica de la actividad física en su tiempo libre, de forma organizada y estructurada. Asimismo, desarrolla habilidades para el trabajo en equipo y contribuye a adquirir aprendizajes técnicos, estratégicos y tácticos de los deportes ofertados.

6. OBJETIVOS

Son cuatro las **finalidades generales** de un plan como el presente:

- Incrementar notablemente el nivel de práctica deportiva.
- Generalizar el deporte en edad escolar.
- Impulsar el deporte como una herramienta de inclusión social.
- Avanzar en la igualdad efectiva entre mujeres y hombres.

Desde este planteamiento general, se formulan los siguientes **objetivos generales** del PDC:

- Mejorar la competencia motriz.
- Integrar hábitos saludables en la vida cotidiana.
- Fomentar valores y habilidades sociales ligadas al deporte.
- Promover y facilitar la participación de los alumnos en actividades físico-deportivas en horario escolar y extraescolar.

A partir de estos cuatro objetivos de carácter general, se formulan los siguientes de carácter **específico**:

- Adquirir habilidades motrices que puedan ser utilizadas con eficacia para resolver problemas motores y para realizar una amplia variedad de actividades físicas y deportivas.
- Impulsar el desarrollo integral y armónico del cuerpo a través del juego y del deporte.
- Aumentar la actividad física durante los recreos gestionando partidos de diferentes deportes.
- Disminuir el sedentarismo del alumnado, orientando la ocupación del tiempo libre hacia la actividad física.

- Generar hábitos de práctica deportiva entre nuestros alumnos.
- Favorecer y promover hábitos de higiene y alimentación saludable.
- Introducir hábitos de práctica segura y saludable, como calentamiento, estiramientos, etc.
- Fomentar conductas responsables en cuanto a manifestación de actitudes y uso de la palabra para expresar emociones durante la práctica deportiva.
- Crear en las clases y las actividades un clima basado en la educación en valores.
- Adquirir valores positivos relacionados con la responsabilidad, el respeto, la justicia, la dignidad, la igualdad y la solidaridad, entre otros.
- Aceptar las normas de las actividades para la adquisición y aceptación de unas normas o códigos de convivencias.
- Enriquecer las habilidades sociales de los alumnos.
- Utilizar los medios tecnológicos de difusión y comunicación: página web, blog,...
- Ofrecer, en la medida de lo posible, una amplia gama de actividades físico-deportivas para que los alumnos tengan donde escoger.
- Disfrutar de la práctica deportiva.

7. RECURSOS HUMANOS. DETERMINACIÓN DE LOS MODELOS DE DESARROLLO

En la formulación del plan es importante tratar de identificar todos los posibles factores y personas que pueden implicarse o contribuir a su desarrollo y aplicación eficaz. Sin duda, el principal recurso humano dentro del centro identificado por el formato del PDC es el del **Coordinador/a** y el resto de profesores del **Departamento de Educación Física y Deportiva** del centro. Junto a ellos, se pueden definir otros posibles recursos humanos complementarios por parte del centro, entre los que se encuentran:

- Los técnicos de cada modalidad deportiva proporcionados por las federaciones.
- Otro personal docente del centro, tutores, etc. para labores de difusión, comunicación, etc.
- El apoyo del equipo directivo.
- Personal auxiliar y de apoyo, no docente.

Cabe destacar que, durante el presente curso escolar, aún no disponemos de un auxiliar de control de tarde y que son los miembros del Equipo Directivo los que se encargan de realizar sus labores de forma desinteresada, lo que pone en peligro la continuidad del programa.

8. INSTALACIONES Y EQUIPAMIENTOS

Para llevar a la práctica las diferentes actividades deportivas, contamos con las siguientes instalaciones y equipamientos:

- MATERIALES FIJOS E INSTALACIONES:

- o **Gimnasio cubierto** cuyas medidas aproximadas son de 40 m. x 20 m., en cuyo interior encontramos en cada uno de los fondos 10 tramos de espalderas. Hay ancladas en cada fondo y encima de cada tramo de espalderas, un tablero de baloncesto con su correspondiente aro, lo que permite la práctica de dicho deporte en su interior.

En el suelo y a cada lado, tiene pintadas las líneas de la zona de baloncesto, así como la línea de triple. Aparte, tiene pintadas las líneas de la pista de bádminton, una a cada lado del gimnasio.

- o En el interior del gimnasio, se encuentra ubicado el **departamento de Educación Física**. Dentro del mismo, hay vestuario con ducha para el monitor.
- o Dos **almacenes** para material dentro del gimnasio, ambos con materiales del departamento de Educación Física y de IPAFD, aunque con espacios diferenciados.
- o **Vestuarios** femenino y masculino, ambos incluyen duchas.
- o Dos **pistas polideportivas exteriores 40 m. x 20 m.** con sus correspondientes porterías fijas y las líneas marcadas para la práctica del fútbol sala y/o balonmano. La pista superior, la ubicada nada más salir de la puerta lateral izquierda del gimnasio, también dispone de dos canastas fijas de baloncesto con las correspondientes líneas, además de las líneas de un campo de voleibol en la parte central.
- o Durante los últimos tres cursos escolares, se ha contado con una **pista de bádminton** para la práctica de dicho deporte en el **polideportivo municipal** dentro del programa IPAFD, situado a unos 500 m. del centro y fuera del horario escolar.

- MATERIALES FUNGIBLES:

Cada año, el material del que dispone el centro para la realización de actividades físicas y deportivas es revisado. Contamos con dotación específica tanto para el Departamento de Educación Física como para el programa IPAFD. En ocasiones puntuales, dicho material es compartido, aunque es renovado cada curso escolar según las necesidades.

9. OFERTA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA EN EL CENTRO EDUCATIVO

La práctica de la actividad física y deportiva es un excelente medio para contribuir al desarrollo de las competencias básicas de la enseñanza obligatoria y de las propias de la actividad física y el deporte. Partiendo de la idea de que el centro escolar es el entorno más apropiado para promocionar la práctica de actividad físico-deportiva en la edad escolar, es preciso considerar la multitud de posibilidades de actividades que pueden plantearse, teniendo en cuenta la necesidad de aprovechar todas las franjas posibles, en horario escolar y extraescolar, en las cuales se puede ofertar actividad física y deportiva.

Por tanto, la oferta de actividad física y deportiva en el centro educativo viene determinada por la que se realiza en horario lectivo desde la Educación Física como materia curricular obligatoria, otras propuestas en horario escolar y las propuestas en horario extraescolar. Dado que la oferta de actividad física y deportiva en horario lectivo desde la Educación Física como materia curricular obligatoria está pautada según la programación didáctica del departamento, que establece los contenidos a impartir para cada etapa educativa, cada evaluación y es realizada dos veces por semana, nos centraremos en las actividades propuestas en horario escolar y extraescolar, la mayoría, recogidas en la programación dentro de las actividades complementarias y extraescolares, ya que, contribuyen a la consecución de los objetivos generales y específicos de la materia.

9.1. PROPUESTAS EN HORARIO ESCOLAR

- o **Cross escolar de la Comunidad de Madrid.** Actividad que se lleva realizando en el centro desde que ésta se lleva a cabo y con una acogida muy positiva entre los alumnos que se debe, sobre todo, a la gratuidad de la misma y a que no requiere de equipamiento adicional. La participación supone una experiencia de práctica física, conocimiento de sí mismo/a, aprendizaje y práctica con respecto a la dosificación del esfuerzo, así como de relación social en cuanto a intercambio de impresiones con sus propios compañeros y alumnado de otros centros.
- o **Actividades del Programa Madrid Olímpico.** Normalmente, el departamento intenta solicitar actividades diferentes a las habituales para que los alumnos conozcan y tengan la posibilidad de practicar otras alternativas físico deportivas, o aquéllas que contribuyan al cumplimiento de la programación.

- o **Día de esquí en el Puerto de Navacerrada.** Dada la cercanía a dicha estación de esquí, resulta una actividad viable y con posibilidades de conseguir un buen precio de grupo por las diferentes promociones que ofrecen.
- o **Ruta de senderismo** para todos los niveles educativos que cursan la materia, es decir, de 1º de la ESO a 2º de Bachillerato. Además de una actividad que contribuye a los objetivos del bloque de contenidos de Actividades en el Medio Natural de la materia de Educación Física, esta actividad busca el acercamiento de los alumnos al medio natural y que la tengan en cuenta para el uso saludable de su tiempo de ocio, conociendo los entornos accesibles en los que pueden desarrollar las actividades, disfrutando de la naturaleza, planteándose salidas fuera del horario escolar con sus familiares y/o amigos.

9.2. PROPUESTAS EN HORARIO EXTRAESCOLAR

En este apartado, cabe diferenciar las propuestas del departamento de Educación Física y las actividades del Programa IPAFD que se llevan realizando hasta el momento.

- o **Departamento de Educación Física:**
 - Este será el quinto curso en el que se incluya en la programación un **viaje de esquí** de entre 5-7 días para todos los niveles educativos que cursan la materia y que tenía la intención de realizarse a final del primer trimestre, para no coincidir con otras actividades del segundo.
 - Propuesta de **Programa de Golf en los colegios**, impartida por la Federación de Golf de Madrid. Aprovechando la cercanía al municipio del Club de Golf de “La Herrería”, en San Lorenzo de El Escorial, se plantea su incorporación un día a la semana.
 - En el mes de junio y coincidiendo con las fiestas patronales del municipio (11 de junio, San Bernabé), el departamento promociona y anima al alumnado a participar en las **actividades deportivas de inscripción libre** propuestas durante esas fechas por el Ayuntamiento de El Escorial, a través de la Concejalía de Deportes y otras entidades privadas.

- o **Programa IPAFD:**

Las actividades que se llevan a cabo hasta el momento son Bádminton y Tenis de Mesa, en el siguiente horario extraescolar:

ACTIVIDAD	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES

BÁDMINTON		14:45-16:15 y de 16:15 a 17:45 H POLIDEPORTIV O		14:45-16:15 H y de 16:15 a 17:45 H POLIDEPORTIV O
TENIS DE MESA	16:00-17:30		16:00-17:30	

10. PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y SALUD

Se considera necesaria la elaboración de un proyecto para la adquisición de hábitos saludables, puesto que es relevante prestar atención a otros aspectos como es el de la salud, que complementan la práctica físico-deportiva, aspecto que hemos destacado en la orientación de la práctica deportiva en el centro.

El objetivo es cuidar aspectos que complementan la práctica deportiva para hacerla más saludable y disfrutar más de ella.

- **Prevención de riesgos.**
 - **Prevención de lesiones y/o accidentes:**
 - Muchas de las molestias o accidentes causados son derivados de las precarias condiciones del material. Por ello, todos los años, al terminar el curso, el coordinador deportivo, junto con el resto del profesorado de departamento, hace un balance del material y retira el que esté en mal estado. Puede pasar que durante el curso haya objetos o materiales que se deterioren. Para ello, el coordinador deportivo deberá informar a la Secretaría del centro para proceder a su reparación o reposición.
 - **Aquellas promovidas por el profesorado de Educación Física y los monitores IPAFD** como, por ejemplo, estirar antes y después de la sesión de clase y el aseo personal y cambio de camiseta tras las clases. Al hablar del gasto calórico y la ingesta, insistir en la adquisición y seguimiento de una dieta saludable.
 - **Prevención de enfermedades**

- Información mediante charlas/talleres a la comunidad educativa (profesores, alumnos, personal servicios, administración, conserjería, personal de limpieza ...) de las medidas de seguridad y prevención para el control del Covid-19 y otras enfermedades contagiosas en el Centro educativo.
 - Ofrecer desde cafetería y enfermería/profesores ayuda en la elaboración de bocadillos, snacks saludables e ingesta de fruta obligatoria diaria...
 - Taller de prevención del tabaquismos (1º y 2º de ESO)
 - Semana de la salud: talleres dirigidos a todo el alumnado con y sin relación con la práctica deportiva para la adquisición de hábitos saludables.
- **Plan de accidentes.** Es necesario saber cómo actuar de tal manera que se atiendan tanto al lesionado/accidentado como al resto del grupo. Las soluciones han de ser conocidas por todos los educadores, entrenadores y profesorado. El protocolo de actuación se relata de forma oral por parte del Coordinador IPAFD durante las primeras sesiones de la práctica deportiva y, además, se envía por correo electrónico a los monitores antes del comienzo de las actividades. Se llamará al servicio de emergencias si se considera el percance muy grave. En caso contrario, se avisará a los padres y se tomará una determinación, llevarlo al centro de salud o esperar a que los padres lleguen al lugar del suceso y se lo lleven.

En cuanto a los **botiquines**, es necesario conocer dónde se encuentran disponibles (departamento de Educación Física) y quién se encarga de su reposición y revisión. El coordinador deportivo, junto al profesorado de Educación Física, se encargarán de esta tarea. Por otra parte, el centro, en horario escolar, puede contar con el **apoyo de la enfermera**, quien dispone de su propio botiquín y de su cuarto en el segundo piso del edificio.

El alumno dispone de su **seguro escolar** en caso de lesión o accidente en el horario lectivo. En horario extraescolar, se atenderá a la **Seguridad Social** o al **seguro privado** que pueda tener cada alumno/a. En caso de lesión o accidente, se seguirá el protocolo anteriormente descrito en el “Plan de accidentes”.

- Elaboración de una guía de actuación ante un problema de salud en alumnos con patologías crónicas (diabetes mellitus tipo 1 y alumnos/as con síndromes epilépticos), alumnos/as con salud mental frágil (protocolo de suicidio) y alumnos con falta de control impulsos y divulgarla entre el personal del centro y los monitores IPAFD.

- Taller de **Primeros Auxilios** para todos los grupos con prácticas en un maniquí de RCP y correcta utilización del desfibrilador semiautomático (D.E.S.A.)
- Estrategias para la adquisición de hábitos saludables:
 - o Charla sobre la **prevención de trastornos de la alimentación** (3º ESO), a cargo de personal del Centro de Salud. Importancia de una dieta saludable y equilibrada. Cómo puede influir la dieta y la hidratación en un buen rendimiento físico-deportivo.
 - o **Charla informativa sobre las drogas** (1º y 2º ESO), por la Guardia Civil. Aspectos básicos y marco legal. La concienciación sobre este tema, coloca la actividad físico-deportiva como alternativa a las mismas.
 - o Relacionada con la anterior, actividad “**Drogas y tú**” (2º ESO), organizada por la Fundación de Ayuda a la Drogadicción. Incide más en el efecto de las mismas (drogodependencia).
 - o **Programa recreos activos:** La actividad se desarrolla durante el primer recreo, es totalmente gratuita y se oferta a todo el alumnado del centro, tanto de ESO y Bachillerato como Ciclos Formativos. Los dos profesores de Educación Física con guardias de patio se han ofrecido voluntariamente para organizar, realizar y supervisar durante los recreos las actividades lúdicas deportivas. Las actividades físico-deportivas que planteamos ofertar a lo largo del curso son las siguientes:
 - Balón prisionero – Dodgeball Club
 - Fútbol –Football
 - Baloncesto – Basketball Club
 - Choreographies – Dance Club
 - Comba – Jump rope Club
 - Golf – Golf Club

La distribución semanal inicialmente prevista de dichas actividades es la siguiente:

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
DANCE CLUB / GOLF (tras la inauguración del	DODGEBALL FOOTBALL	JUMP ROPE	BASKETBALL FOOTBALL

minigolf) Se alternarán los días de los clubes			
--	--	--	--

- o Instalación de carteles en los peldaños de las escaleras del IES (tres plantas) con el número de calorías gastadas por tramo.
 - o Competiciones deportivas en el IES: al menos una por curso en la modalidad de tenis de mesa IPAFD, especialmente en fin de semana y con participantes de otros centros de la zona para que puedan participar las familias.
 - o Difusión de las actividades deportivas y relacionadas con la salud en la web del IES, Instagram, Facebook y Twitter.
 - o Actividades de promoción IPAFD: se realizarán (como se viene haciendo) a principio de curso y a final de curso para atraer al alumnado de todos los niveles a práctica deportiva.
- Semana de la Salud: se dedicará, al igual que el curso pasado, una semana a realizar actividades relacionadas con la salud que afecten a todos los cursos, con el fin de promover hábitos saludables en el entorno escolar.

11. ACUERDOS Y ACCIONES CON OTRAS INSTITUCIONES

En un intento de optimizar al máximo las posibilidades deportivas que nos oferten desde diferentes ámbitos, existe una serie de acuerdos y acciones con otras instituciones:

- Junto a los otros **centros educativos de nuestro municipio**, el IES El Escorial participa en el Consejo Escolar Municipal, en el cual el tratamiento de la práctica deportiva en el centro es un tema abordable.
- La relación con el **Colegio Público Felipe II** es particularmente estrecha, dado que es el centro del que proviene la mayor parte de nuestros alumnos de la ESO. La relación entre los equipos directivos de ambos centros es fluida, coordinándose en la información procedente de los tutores de los últimos cursos del colegio. En ocasiones, hay visitas puntuales y actividades coordinadas con el objeto de alguna exposición o actividad de uno u otro centro.
- Además de los centros de nuestro municipio, existe una línea de cooperación con **otros institutos de la zona**.
- El centro está dado de alta desde el año 2011 en el **Programa de Tutorías para la realización del Practicum de Máster y Grados**, dependiendo del interés y disposición de los profesores. Participan todos los departamentos, incluido el de Educación Física. La coordinación de esta participación se realiza a través del Departamento de Actividades Complementarias y Extraescolares.

- **Ayuntamiento de El Escorial.** Las relaciones con el Ayuntamiento son fluidas y se realizan, fundamentalmente, a través de la Concejalía de Educación, que está representada en el Consejo Escolar del instituto. Otras concejalías con las que se colabora puntualmente son las de Deporte, Cultura y la de Medio Ambiente. Asimismo, se mantiene relación fluida con la Policía Municipal y en aspectos puntuales con otros servicios.
- **Polideportivo Municipal de El Escorial.** A través del Patronato Deportivo, colabora en la cesión de espacios para las clases de bádminton del programa IPAFD y, en este último curso, dos días a la semana (martes y jueves) en horario extraescolar.

12. PRESUPUESTO ANUAL

El presupuesto del centro destinado a material deportivo y actividades deportivas y que permite el funcionamiento de las mismas, se ha recibido de las subvenciones otorgadas por el Programa IPAFD y por el esfuerzo de la Secretaría del centro cuando es necesario material para el Departamento de Educación Física, fuente de financiación principal. Además, contamos con un patrocinador para la equipación con camisetas en las modalidades deportivas de IPAFD.

Los gastos se han centrado, sobre todo, en los siguientes conceptos:

- **Material deportivo:** palas y pelotas de tenis de mesa, raquetas y volantes de bádminton, goma elástica multiusos (redes).
- **Equipaciones deportivas:** camisetas, chalecos de diferentes colores para los recreos activos.
- **Arreglo y mantenimiento de las instalaciones:** arreglo de goteras del gimnasio.

A día de hoy, no existe una dotación anual para dar respuesta al PDC, sino que se usa la dotación IPAFD para su fin y se va solicitando aprobación de la Secretaría del Centro para el Departamento de Educación Física cuando se producen necesidades.

13. EVALUACIÓN DEL PROYECTO DEPORTIVO DE CENTRO

Más allá de la elaboración del, se considera necesaria una continua revisión durante el curso y evaluación del mismo. Este hecho va a verificar el cumplimiento de los objetivos y de valorar si las actividades se han desarrollado de acuerdo a la orientación formativa que le ha sido otorgada al proyecto. En caso contrario, se deberán aplicar los correctivos pertinentes, o bien, elaborar nuevas estrategias.

Si el PDC se ha llevado a cabo durante el curso, al finalizar el mismo se realizará la evaluación final y la propuesta de mejoras para el próximo curso. Las aportaciones pueden llegar desde

diferentes fuentes, los recursos humanos que han contribuido a su puesta en marcha: profesorado, Consejo Escolar, familias, participantes, equipo directivo, monitores IPAFD, etc.

La recogida de información de los siguientes puntos contribuye a la realización de la evaluación del PDC y que quede reflejada en la memoria final:

- Consecución o no de los objetivos.
- Grado de difusión: vía Internet, promoción por parte de la coordinación IPAFD o del Departamento de Educación Física, etc.
- Número de participantes en actividades deportivas escolares y extraescolares.

En conclusión, la información recogida durante diferentes momentos del año ayudará a tomar decisiones o adoptar medidas para mejorar el conjunto de intervenciones en torno a la actividad física y el deporte en edad escolar en nuestro centro.