

## ACTIVIDADES DEPORTIVAS PARA ESCOLARES

### BAUTISMO DE MAR

**Fecha:** de abril a junio  
**Edad:** de 3º a 6º de primaria  
**Lugar:** Federación Andaluza de Vela  
**Temporalización:** 1 sesión  
**Horario:** de 10:00 a 13:30 horas  
**Precio:** 5€  
**Información:** Pabellón Deportivo Municipal 956542083  
Charo Amaya López 629785690  
Federación Andaluza de Vela 956852239

### PROGRAMA NATACIÓN ESCOLAR

**Fecha:** de enero a junio  
**Edad:** de 3º a 6º de primaria, ESO, Bachiller  
**Lugar:** Complejo Municipal de Piscinas  
**Temporalización:** 5 sesiones de 1 hora  
**Horarios:** de 12:15 a 14:30 horas  
**Precio:** 9,84 € alumno  
**Información:** Oficinas Complejo Municipal de Piscinas, tlf. 956541560

### ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES EXTRAESCOLAR

**Fecha:** del 15 de septiembre a junio  
**Edad:** Todas  
**Lugar:** Instalaciones deportivas municipales  
**Horarios:** Tarde  
**Actividades:** Tenis  
Fútbol  
Padel  
Ballet  
**Precio:** Según actividad  
**Información:** Oficinas Complejo Municipal de Piscinas, tlf. 956541560

### XXXIII JUEGOS DEPORTIVOS MUNICIPALES

**Fecha:** de enero 2.018 a junio 2.018  
**Modalidades:** Ajedrez, Baloncesto, Balonmano, Fútbol Sala, Tenis Mesa, Voleibol, Minibasquet, Minivoley, Atletismo, Rugby, Judo, Campo a Través, Olimpiada Escolar y Esgrima, Gimnasia Rítmica y Ciclismo  
**Participan:** Todos los Centros de Enseñanza, Clubes Deportivos y Asociaciones Deportivas.  
**Precio:** Tasa de inscripción  
**Información:** Concejalía de Juventud y Deportes, tlf. 956876540

### ESCUELA MUNICIPAL DE VELA

**Fecha:** Temporada Escolar (sábados y domingos) y Temporada de Verano (miércoles y jueves)  
**Edad:** de 7 a 16 años  
**Lugar:** Centro de Formación y Tecnificación de la Federación Andaluza de Vela  
**Información:** Federación Andaluza de Vela, tlf. 956852239 / 618 716 873 [ev\\_elpuerto@fav.es](mailto:ev_elpuerto@fav.es) [www.fav.es](http://www.fav.es)

## **BAUTISMO DE PIRAGÜISMO**

### **Introducción**

La realización regular y sistemática de una actividad física ha demostrado ser una práctica sumamente beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, así como un medio para forjar el carácter, la disciplina, la toma de decisiones y el cumplimiento de las reglas beneficiando así el desenvolvimiento del practicante en todos los ámbitos de la vida cotidiana.

Deporte y salud siempre han ido de la mano. Pero no sólo la salud es lo único positivo que aporta el deporte. Compañerismo, constancia, esfuerzo de superación y un largo etcétera son resultados de la práctica del deporte. Son en esos valores en los que hay que educar e iniciar en la práctica deportiva a los jóvenes de nuestra ciudad.

Con esta filosofía se trabaja en nuestro club y gracias a ella hemos obtenido excelentes resultados tanto a nivel nacional como internacional. Por ello el Real Club Náutico del Puerto de Santa María y su sección de Escuela Municipal de Piragüismo se ofrece a dar a conocer el deporte de la piragua a través de un BAUTISMO DE PIRAGÜISMO en un marco inmejorable como son las aguas del Río Guadalete.

Basándonos en todo esto, ofrecemos dicha actividad deportiva para realizar un BAUTISMO DE PIRAGÜISMO para los jóvenes que lo deseen de nuestra ciudad e incluir dicho bautizo en el programa de actividades deportivas de la localidad.

Del conocimiento de dicha actividad se informaría a los colegios a través de exposiciones en las aulas a jóvenes con edades comprendidas entre los ocho y doce años.

Es una experiencia y actividad positiva porque va a servir para crear una solidez en el deporte base del piragüismo y a la vez disfrutar de nuestro río desde otra perspectiva.

### **Contenidos**

Se divide en tres partes:

1. Teoría sobre el deporte de la piragua. Nociones básicas, curiosidades, breve historia de sus orígenes, técnica, maniobras.
2. Ejercicio físico aplicado para la piragua. Teoría y explicación de ejercicios en gimnasio cuyo objetivo es rendir en la piragua, adaptado a las edades del bautizo.
3. Sesión en el agua. Paseo en piragua con juegos lúdicos.

### **Objetivos**

El objetivo de dicha actividad consiste en que el joven asimile las pequeñas nociones básicas del deporte de la piragua y los valores de compañerismo, trabajo en equipo, esfuerzo y disfrute del deporte. Conocimiento del aporte que nos ofrece la naturaleza para la práctica de multitud de actividades deportivas, además de dar una actividad a nuestro tan preciado Río Guadalete.

### **Recursos:**

**a) Materiales:** El club dispone del material necesario: piraguas, salvavidas, gimnasio, vestuarios y rampa de acceso.

**b) Humanos:** Monitores titulados y con bastante experiencia tanto en la práctica de la piragua como en el trato con los jóvenes.

**Destinatarios:** De 3º a 6º de primaria y 1º y 2º de ESO

**Temporalización:** Una única sesión de tres horas. La clase se dividirá en tres grupos e irán pasando por los tres apartados de la actividad. Máximo 30 alumnos por sesión

**Fechas:** Octubre y a partir de marzo a junio.

**Lugar:** Instalaciones del Real Club Náutico y Río Guadalete

**Horario:** Día a elegir de lunes a viernes de 10:00 a 12:00 horas

**Precio:** 8 € por alumno. Incluye toda la actividad a excepción del transporte de ida y vuelta que correrá por cuenta del centro escolar.

**Información:** Real Club Náutico, Avda. Bajamar 13. 956852527  
Charo Amaya López 629785690

## TALLER DE TENIS EN EQUIPO

### **Introducción:**

El deporte del tenis siempre se ha asociado a ser una actividad muy individualista, pero el tenis tiene una vertiente menos conocida que son las competiciones por equipos donde los jugadores/as representan a un equipo, club, país o escuela, en donde todo un conjunto de personas animan y colaboran para el esfuerzo conjunto del equipo.

En La Escuela de Tenis Club Las Redes (abierta a todo el público) se potencia y fomenta esta variedad del tenis (jugando todas las competiciones por equipos que existen actualmente), creando así un sentimiento de pertenencia a un grupo en donde cada jugador, independientemente de su nivel, se ve arropado y acogido por la estructura del grupo, con lo que hace crecer su autoestima y desarrolla su personalidad entorno a un deporte en equipo. Creemos que fomentar el aprendizaje cooperativo ayuda a integrarse a los alumnos y se involucran mucho más en el deporte.

### **Objetivos:**

- Hacer “equipo” para poder aprender los fundamentos del tenis, mediante la técnica del aprendizaje cooperativo (hacen de alumnos y de profesores).
- Cooperar para alcanzar unas metas y superar las frustraciones en compañía.
- Saber observar y dar instrucciones como pequeños maestros del tenis.
- Superarse no sólo por uno mismo sino por los compañeros.
- Animar tanto en el acierto como en el error.
- Posibilidad de entrar en el equipo de tenis de la Escuela Club Las Redes.

### **Contenidos:**

- Fase de demostración de qué y cómo se enseña el tenis.
- Fase de calentamiento físico-técnico (nociones básicas del tenis).
- Formación de equipos de trabajo para realizar el aprendizaje recíproco (rol de profesor y rol de alumno).
- Juegos de habilidades alcanzadas por equipos, evaluar los logros de cada equipo, competir para aprender.

**Destinatarios:** De 2º de primaria hasta 2º de E.S.O (edades más sensibles para el aprendizaje del tenis).

**Temporalización:** Una sesión de 2 horas de duración. Máximo 50-60 alumnos por sesión.

### **Recursos:**

**a) Materiales:** El club dispone de todo el material necesario, raquetas para todos los alumnos, 4 pistas de tenis, pelotas y cestos, material de apoyo.

**b) Humanos:** Monitores de tenis titulados por la Real Federación Española de Tenis.

**Fechas:** De noviembre de 2017 a mayo de 2018.

**Lugar:** Escuela de Tenis Club Las Redes (abierta a todo el público).

**Horario:** Día a elegir de lunes a viernes de 10:00h a 12:00h.

**Precio:** 1,50€ por alumno. Incluye toda la actividad a excepción del transporte de ida y vuelta que correrá a cargo del centro escolar.

**Información y contacto:** Club Las Redes, calle Mar Egeo s/n. José Vivas Tlf: 663.88.20.78.

Charo Amaya López: Tlf: 629.78.56.90

## TALLER DE FOOTBALL AMERICANO

### **Introducción:**

Somos el equipo de football americano de la provincia de Cádiz, El Puerto Seagulls. Con este taller queremos fomentar y dar a conocer este deporte tan poco conocido en este país.

El football americano, deporte más popular de Estados Unidos, fomenta mucho el hermanamiento entre jugadores y técnicos convirtiéndose en una gran familia ya que cuenta con plantillas muy grandes. Dentro del equipo se divide en tres partes: ataque, defensa y equipos especiales.

El taller lo impartirán jugadores y entrenadores del equipo con colaboración del profesorado de cada centro.

### **Objetivos:**

- Dar a conocer el deporte
- Disfrutar de este deporte y aprender un deporte alternativo a los tradicionales.
- Fomentar el compañerismo, que es una de las bases de este deporte.

- Participación de todos los alumnos sin importar el físico, el sexo o la edad.
- Captación de jugadores/as.

**Contenido:**

En principio se realizarán tres sesiones.

- En la primera sesión impartiremos los fundamentos básicos del ataque.
- En la segunda, impartiremos los fundamentos básicos de la defensa.
- Por último, en la tercera se llevarán a la práctica los conocimientos anteriores en un partido.
- Si no es posible realizar 3 sesiones se podría hacer en dos (una práctico-teórica y otra exclusivamente práctica).

**Destinatarios:**

Alumnos 1º a 4º de ESO que practicarán la modalidad de flag sin contacto.  
Alumnos de Bachillerato que practicarán el football tag en el que solo realizarán bloqueos.

**Recursos:**

El club aportará balones y los cinturones flag y el centro prestará conos.

**Fecha:**

Disponibilidad durante todo el curso escolar 2017/2018 a disposición del profesorado.

**Lugar:**

Las instalaciones de los centros educativos u otras instalaciones que utilicen.

**Horarios:**

Establecido por el profesorado responsable de los cursos.

**Evaluación:**

A valorar por el profesorado

**Precio:**

El taller es gratuito.

**Información y contacto:** Óscar Torres Fernández. Teléfono: 652636455

**TALLER DE MINDFULNESS (RELAJACIÓN Y MEDITACIÓN)**

**Fundamentación:**

La meditación nos aporta tranquilidad, concentración, paz y descanso. Y lo mejor de todo es que no proviene de agentes externos sino son nuestros propios recursos internos los que nos regalan estos estados. Es la base de la práctica del mindfulness. Es como la base sobre la cual se asienta el arte de vivir en el presente con atención que es lo que significa mindfulness. En esta época donde se medicaliza y etiqueta la inquietud de muchos niños y jóvenes el mindfulness es una gran ayuda para conocerse y entender los mecanismos que nos hacen sentir ansiosos, impacientes, impulsivos, obsesionados...

**Objetivos:**

- mejorar la concentración
- aumentar la capacidad de darse cuenta o ser consciente
- gestionar las emociones
- controlar los impulsos
- aumentar la sensación de calma
- disminuir el estrés y la ansiedad
- aumentar el conocimiento de uno mismo
- aumentar la empatía y la compasión
- desarrollar habilidades naturales de resolución de conflictos
- cuidar la salud

**Contenidos:**

Sesiones cortas de meditación y relajación intercaladas con juegos y ejercicios para entender los conceptos de respiración, concentración, escucha interna...

**Destinatarios:**

Solo para Primaria, 25 alumnos aproximadamente.

**Recursos:**

Monitora experta en mindfulness y talleres con niños y jóvenes  
Material complementario al taller.

**Fecha:**

Disponibilidad durante todo el curso escolar 2017/2018 a disposición del profesorado.

**Lugar:**

Las instalaciones de los centros educativos  
Necesario una sala para realizar los ejercicios sentados en silla o suelo, altavoces para conexión de música.

**Horarios:**

Establecido por el profesorado responsable de los cursos.

**Temporalización:**

Una sesión de 1 hora y media

**Precio:**

2 euros por sesión y participante

**Nota:**

Dos asistentes con falta de recursos económicos podrán ser becados

**Información y contacto:** Manuela Rincón Ares, Telf. 696 61 93 04

**TALLER DE BIODANZA**

## Fundamentación

La biodanza es un sistema basado en la danza y desarrollado por el psicólogo chileno Rolando Toro, que promueve la integración del ser humano con sus emociones e impulsa el establecimiento de lazos afectivos con la naturaleza y otras personas. Aplicado desde la infancia, este sistema tiene importantes beneficios, pues favorece que los niños desarrollen todos sus potenciales desde muy pequeños. Para practicar biodanza no es necesario saber bailar, tener sentido del ritmo o una buena forma física, todas las personas pueden participar en una sesión de biodanza y todos obtienen beneficios.

## Objetivos:

- Este sistema favorece que el niño y a la niña desarrollen todos sus potenciales desde muy pequeños. Actúa desde los aspectos más íntimos del movimiento individual y grupal. No hay coreografías, con lo cual cada persona puede explorar sus movimientos desde el propio sentimiento de ser y de estar en el mundo.
- Se desarrolla a través de ejercicios y bailes elaborados para que cada persona pueda descubrir su propia danza, en libertad, respetando el tiempo personal, y utilizando movimientos tan cotidianos como caminar.
- Potenciación del desarrollo de habilidades propias del ser humano, ya que estimula la "psicomotricidad fina" o la capacidad de afinar los movimientos.
- Favorece el buen funcionamiento del cerebro, sistema nervioso central, a través de una serie de movimientos concretos.
- Ayuda a mantener la salud del cuerpo, pues la persona que baila aprende a mover el cuerpo y a conocerlo.
- Estimula la coordinación motora y otras aptitudes, incorporando nociones de ritmo, equilibrio y fluidez.
- Colabora en la formación del individuo, porque favorece vivencias que se convierten en fuentes de conocimiento y de desarrollo.
- Contiene informaciones corporales, sociales, musicales y emocionales que contribuyen al crecimiento infantil. Aspectos como la sutileza, la organización, el juego, la alegría, la vitalidad, la afectividad, el estímulo a la atención y el poder de observación presentes en los ejercicios influyen positivamente en el desempeño de los pequeños, incluso en sus actividades escolares, facilitando la comprensión de contenidos más complejos.

## Metodología.

La metodología de trabajo con la infancia prioriza la capacidad de improvisar porque será probando el propio cuerpo, entendiendo sus límites y su funcionamiento, como los niños descubrirán su total libertad para desarrollar su propia estética del baile y de la vida.

- Destinatarios:** Dirigido a alumnos de primaria, grupos de 25 aproximadamente.
- Recursos:** monitora diplomada de Biodanza.
- Fecha:** Disponibilidad durante todo el curso escolar 2017/2018 a disposición del profesorado.
- Lugar:** Las instalaciones de los centros educativos  
Necesario una sala, altavoces para conexión de música.
- Horarios:** Establecido por el profesorado responsable de los cursos.
- Temporalización:** Una sesión de 1 hora y media
- Precio:** 2 euros por sesión y participante
- Nota:** Dos asistentes con falta de recursos económicos podrán ser becados

**Información y contacto:** Manuela Rincón Ares, Telf. 696 61 93 04

## BAUTISMO DE AJEDREZ

### Introducción

Este Taller de Ajedrez se realiza con la idea de iniciar en el aprendizaje del ajedrez, y con la pretensión de crear hábitos físico-deportivos en [l@s alumn@s](#) de los primeros cursos de Educación Primaria, ya que este es uno de los objetivos que la Comunidad Educativa de los centros escolares se plantea entre sus finalidades.

Este proyecto iría dirigido a [alumn@s](#) de 1º a 4º de Educación Primaria, etapa educativa donde los procesos de enseñanza y aprendizaje basados en juegos y deportes, adquieren una especial trascendencia, sobre todo en juegos simbólicos y reglados, como es el caso del ajedrez.

### Contenidos:

- Sesión Primera: "El tablero y las piezas. Los Peones"
- Sesión Segunda: "Los Peones"
- Sesión Tercera: "La Torre"

- Sesión Cuarta: “El Alfil”
- Sesión Quinta: “La Dama”
- Sesión Sexta: “El Caballo”
- Sesión Séptima: “El Rey”
- Sesión Octava: “El Jaque”
- Sesión Novena: “El Jaque mate”
- Sesión Décima: “El Enroque y la Captura al Paso”

### Objetivos:

- Promocionar e impulsar este bello Deporte-Ciencia en el ámbito escolar.
- Enseñar la cultura general del ajedrez en alumn@s de los primeros cursos de Educación Primaria.

El taller se llevará a cabo utilizando una metodología teórica, técnica-práctica, potenciando la participación del alumnado.

### Recursos:

- Materiales: Juegos de ajedrez de la Peña Ajedrecística Portuense.
- Humanos: Monitores Provinciales de Ajedrez de la Peña Ajedrecística Portuense.

**Destinatarios:** de 1º a 4º de Educación Primaria.  
**Temporalización:** 12 sesiones de 45 minutos cada una  
**Fecha:** de enero a mayo de 2018.  
**Lugar:** Aula Centro Educativo.  
**Horario:** de lunes a viernes de 9.00 a 14.00 horas a elegir.  
**Precio:** 5 € por alumno  
**Información:** Juan Manuel Sánchez Ponce, telf. 659 890 980  
 Charo Amaya López, telf 620236062

## TALLER YOGA Y ATENCIÓN PLENA PARA Y NIÑOS Y ADOLESCENTES

### Introducción:

El Yoga viene de la palabra “**yug**” la cual significa **unión**.

Es el método de conciencia por el individuo del nivel físico, nivel mental y nivel espiritual. Implica perfecta armonía de cuerpo, mente y espíritu.

A nivel físico, implica una salud brillante. A nivel mental, implica la integración armoniosa de la personalidad, la eliminación de complejos psicológicos. Al nivel del alma, yoga implica una unión del Ser pequeño con el gran Ser, del ego con la inmensidad del conocimiento cósmico, y del alma individual con su fuente infinita.

### Fundamentación:

- Es una disciplina que combina ejercicios y concentración, una exitosa herramienta que colabora con el aprendizaje de los pequeños.
- Siempre conlleva aspectos positivos, pero si se comienza desde edades tempranas el niño irá tomando mayor conciencia de su cuerpo, se moverá mejor y se conocerá más. Estará también más consciente en su respiración y en su alimentación; todo esto le llevará a permanecer más equilibrado y en estado de paz.
- Es una manera divertida de desarrollar su potencial creativo y su capacidad de resolver problemas y superar retos.

### ¿Porqué yoga a los niños?

- Es un acercamiento de educación no formal dirigido a integrar al niño en sus aspectos emocional, cognitivo y creativo. Es una excelente opción para lograr la unión de juego y desarrollo físico y mental.
- Trabaja con los dos hemisferios del cerebro, así que el niño va a conectarlos por medio del canto y las meditaciones; aprende a fomentar esta unidad desde pequeño. Todo eso le dará confianza y reforzará su autoestima.
- Es una terapia muy recomendada para tratar la hiperactividad infantil ya que trabaja la respiración y ayuda a relajar el sistema nervioso contribuyendo a que el niño se centre en los ejercicios y consiga calmarse.
- Trabajan además el equilibrio, las destrezas motoras, les ayuda a comprender el mundo que les rodea y a desarrollar la concentración. Dentro de la disciplina hay muchos ejercicios que pueden tranquilizarlos y hacer que enfoquen su atención.

- ? Conforme el niño va avanzando en la práctica de yoga, desarrollará fuerza, equilibrio, flexibilidad, coordinación física y mental. Con todo esto se refuerza su sistema inmunológico.

### ¿Qué es lo que más les gusta a los niños del yoga?

- ? Les gusta el clima de armonía que los centros de yoga y bienestar desprenden.
- ? No es una actividad donde se les obliga a competir.
- ? Nunca se pone en riesgo la autoestima del niño, no se le compromete, todo lo que se hace es hasta donde él puede y quiere.
- ? Les agrada disfrutar con el relax.
- ? Les impresiona gratamente el gozo del silencio.
- ? Disfrutan muchísimo del placer de una experiencia de paz y plenitud.
- ? Una sesión de yoga diseñada especialmente para ellos se convierte en una práctica muy divertida.

### Objetivos:

- ? Enseñarles a pararse para escuchar y sentirse.
- ? Estimular su creatividad, imaginación y sensibilidad.
- ? Tomar conciencia de su conexión con la naturaleza.
- ? Mejorar su imagen y autoestima, desarrollando confianza en sí mismos.
- ? Potenciar sus relaciones con los otros.
- ? Fomentar paciencia, tolerancia y compasión.

### Contenidos:

- ? Mi respiración es mi aliada.
- ? Conozco mi cuerpo: sus posibilidades y limitaciones.
- ? La PAZ vive en mí.
- ? Nuestros estanques de energía; mi Fuente.
- ? Soy FELIZ descubriéndome.
- ? Tengo el poder de compartirme.
- ? Abro mi Corazón para crear el Cielo en la Tierra.

### Desarrollo de la actividad:

- ? Bienvenida al centro, recepción a los participantes con elementos que equilibrarán sus sentidos: Gong, cuencos y campana tibetana, canto y concierto de armónicos, inciensos, velas y esencias naturales.
- ? Se descalzarán y pasaremos a la sala de yoga.
- ? Breve explicación del sentimiento de PAZ y la importancia del Silencio.
- ? Pequeña relajación para crear una atmosfera de Armonía. Con ayuda de música adecuada.
- ? Localizaremos en el cuerpo nuestras ruedas de energía.
- ? Practicaremos una serie de asanas (posturas propias de yoga) a través de los movimientos que ofrece la naturaleza; para el desarrollo de estas daremos “Un paseo por la selva”, se divertirán imitando en las diversas posturas, los diferentes animales que dichas posiciones simulan, jugando a que son árboles, montañas, tratarán de imitar las formas y movimientos de estos.
- ? Savasana (postura final de relajación) con una visualización creativa.
- ? Despedida compartiendo todos los beneficios de esta experiencia a través de una “Rueda de equilibrio” que formarán todos los participantes entrelazando sus manos.
- ? Canto del “OM” y agradecimientos

### Recursos:

#### Humanos:

- ? Recepcionista.
- ? Coordinador del programa.
- ? Monitores de Yoga.

#### Materiales:

- ? Esterillas
- ? Cojines.
- ? Mantas para arroparse en la relajación.
- ? Gong, cuencos tibetanos, palo de lluvia, campana tibetana, sándalos, esencias y velas.

Recomendamos ropa cómoda y holgada, preferiblemente en color blanco o azul (no es imprescindible)

**Temporalización:** Una sesión de 1 hora y media. Grupos de 20 a 25 alumnos por sesión.  
**Fecha:** De noviembre de 2.017 a junio del 2.018  
**Horario:** de 12.00. a 13.30 horas  
**Destinatarios:** Primaria y Secundaria  
**Precio:** 3 € por alumno  
**Información:** Asociación MENS SANA IN CORPORE SANO  
Centro de bienestar “LA ESFERA”  
El Aguila, Avda. Alcalde Eduardo Ruiz-Golluri 4, local 4  
Manuela García Natera, Telf. 605 952 048  
Charo Amaya López, Telef. 620236062

**NOTA: En caso de que haya alumnos con dificultades económicas acreditadas el Centro La Esfera se hará cargo del coste de la actividad.**

## TALLER DE INICIACIÓN AL BOLO PALMA

### Introducción

El Bolo Palma es una modalidad del juego de los Bolos practicada en la mayor parte de Cantabria y la comarca oriental de Asturias que se viene practicando desde tiempo inmemorial como mera actividad de ocio.

A lo largo del siglo XX, fueron muchos los cántabros emigrantes que eligieron Andalucía, y muy especialmente la provincia de Cádiz, como lugar de destino en el que se establecieron muchos de ellos como comerciantes o en otras ocupaciones diversas. Fueron estos cántabros –los llamados “jándalos”- los que llevaron a tierras andaluzas sus costumbres y tradiciones, entre las que el juego de los bolos era quizás la más importante. De ahí que en Andalucía existan, aún en la actualidad, varias boleras del llamado Bolo Palma Montañés: Cádiz, El Puerto de Santa María, Sevilla...

En la segunda mitad del siglo XX el Bolo Palma sufrió en Cantabria un desarrollo que lo transformó de juego a deporte de competición.

El objetivo del juego es derribar el máximo número de bolos mediante el lanzamiento a distancia de una bola de madera.

Dentro de las actividades programadas por la Concejalía de Juventud y Deportes se ha elaborado un programa escolar para promocionar este deporte como actividad de ocio y/o competitiva, teniendo en cuenta que en la etapa educativa los procesos de enseñanza y aprendizaje están basados en juegos y deportes.

### Objetivos deportivos

- Adquisición progresiva de las habilidades básicas.
- Desarrollo de la capacidad física.
- Conocimiento de los elementos de juego y sus reglas.

### Objetivos formativos

- Utilizar la práctica de los bolos como medio para la educación de valores como compañerismo, solidaridad, autocontrol, etc.
- Fomento de valores deportivos como juego limpio, aceptación de la derrota, moderación en la victoria, etc.

### Recursos humanos y materiales

- Instalaciones deportivas al aire libre de la Bolera Municipal de La Isleta o Bolera Municipal I.E.S. José Luis Tejada.
- Bolos y Bolas.
- Monitores especializados en este deporte.

**Temporalización:** 1 sesión de 2 horas de duración para cada grupo  
**Lugar:** Bolera Municipal La Isleta  
Urbanización Las Viñas, C/ Viñador, S/N



Bolera Municipal I.E.S. José Luis Tejada  
Avda. Juan Lara, S/N

**Fecha:** Abril/mayo  
**Edad:** de 5º de primaria a 2º de ESO  
**Horario:** L, X o V de 10:00 a 12:00 h. o de 12:00 a 14:00 h. según bolera.  
**Precio:** 1€ por alumno, el centro escolar correrá con los gastos de desplazamiento  
**Información:** Pabellón Deportivo Municipal, tlf. 956542083  
Charo Amaya López, tlf. 629785690

### TALLER DE DANZA Y BAILE

Muestra de Bailes de Salón (Salsa, Cha-cha-cha, Pasodoble...)  
Muestra de Danza Moderna (Hip-Hop, Funky...)  
Muestra de Danza Bollywood (Danza Hindú mezclada con música Pop)

#### **Descripción:**

Sesiones en grupo, con una metodología musical, en la que a través de la danza los niños/as participantes desarrollarán el sentido del ritmo, musicalidad, coordinación y equilibrio.

Cada sesión se iniciará con un calentamiento con música suave y estiramientos, a continuación se explicará las posiciones y pasos de los bailes a realizar, puesta en marcha de la información recibida con las correcciones necesarias y explicaciones de las técnicas específicas de cada modalidad.

#### **Objetivos:**

- A través de la música y el movimiento, los alumnos aprenderán a controlar su propio cuerpo y el espacio que les rodea.
- Ofrecer a los Centros Escolares una alternativa educativa como apoyo a la educación integral del niño.
- Fomento de la amistad, el trabajo en equipo y la convivencia en igualdad.

**Temporalización:** 1 sesión de 2 horas de duración.  
**Destinatarios:** De 3º a 6º de primaria, ESO y bachiller.  
**Fecha:** de noviembre 2017 a junio 2018  
**Horario:** martes o jueves de 11:00 a 13:00 horas.  
**Lugar:** **Escuela de Danza Paso a Dos o en el propio centro escolar**  
Avda. del Descubrimiento, Edificio Orellana, S/N  
**Precio:** 2 € alumno si se desarrolla en las instalaciones de Paso a Dos, el centro escolar correrá con los gastos de desplazamiento.  
3 € si se realiza en el centro escolar. Los profesores se desplazarían al centro y es necesario contar con una sala amplia a ser posible con espejos y equipo de música.

**Información:** Escuela de Danza Paso a Dos, tlf. 956857993  
Pabellón Deportivo Municipal, tlf. 956542083  
Charo Amaya López, tlf. 629785690

**Ofertas especiales:** Durante los meses de verano se realizaran ofertas a los participantes del taller.  
Al final de los curso ofertas a los miembros del AMPA y profesores de los centros educativos.

### TALLER DE HÍPICA Y PÁDEL

Dentro de las actividades programadas por el Centro Ecuestre Las Marías, ha elaborado un programa escolar para promocionar el mundo del caballo y la primera experiencia del niño en un deporte tan demandado en los últimos años como es el Pádel. Cuyo objetivo, bajo el nombre de “Taller de Hípica y Pádel”, es el acercamiento de los escolares al mundo del caballo y del Pádel.

Los escolares harán deporte mientras montan a caballo, aprenderán todo acerca del caballo, como los cuidados y el manejo, alimentación, veterinaria equina...

Todos los alumnos tras la visita habrán montado a caballo, paseado en coche de caballos y habrán realizado una pequeña clase de Pádel, consiguiendo los objetivos propuestos:

- Acercar el mundo del caballo e intentar fomentar el respeto por la naturaleza, cultura y deporte.
- Fomentar la práctica de deportes como la equitación y el Pádel.
- Ofrecer una actividad atractiva y diferente a los escolares de nuestra ciudad.
- Dar oportunidad de aprender a montar a caballo y a llevar un coche de caballos, para que de esta manera puedan conocer cómo viajaban y trabajaban sus antepasados.

**Temporalización:** Sesión de 3 horas de duración, grupos de dos clases por sesión  
**Destinatarios:** Primaria, secundaria y bachiller.  
**Lugar:** Centro Ecuestre y Escuela de Pádel Las Marías  
Camino Viejo de Rota, S/N  
**Horario:** de 10:00 a 13:00 horas  
**Fecha:** de noviembre 2017 a junio 2018  
**Precio:** 6 € por alumno, el transporte correrá por cuenta del centro escolar  
**Información:** Pabellón Deportivo Municipal, Telf. 956542083  
Charo Amaya López Telf. 629785690  
Centro Ecuestre, Jesús Grandes Telf. 652129911

## **BAUTISMO DE CABALLO**

Nuestro objetivo bajo el nombre “Bautismo de Caballo”, es el acercamiento y entrada de los escolares al mundo del caballo, su etología, sus características, su conducta y manera en que se comunica. No es necesario saber montar, el trabajo con caballos se hace fundamentalmente pie en tierra a través de la exploración de su cuerpo, el contacto con el mismo, su alimentación, cepillado, lavado, paseos, la comunicación que se establece, caricias, contemplación y admiración de su belleza, la observación del mismo en la naturaleza, como educa una hembra a su cría, hacen que trabajar con caballos sea algo lleno de infinitas posibilidades educativas tales como:

- El manejo de los miedos a través de acercamientos progresivos al animal, despacio, demostrando que la moderación y la prudencia son muy buenas actitudes en la vida cotidiana y haciendo que el alumno/a pueda desarrollar la confianza.
- Optimizar la comunicación con uno mismo. La relajación, el contacto y el control del cuerpo de las emociones y de los impulsos.
- Provocar un cambio de esquemas mentales para la escucha y la comunicación sutil, el silencio y la observación de su naturaleza.
- El contacto con el medio natural donde se encuentra uno con el animal, el afecto y las manifestaciones ecuanímes del mismo.
- La terapia ocupacional que implica el cuidado del animal y el uso de los útiles de cuidados y herramientas de monta.
- La mejora del proceso psicomotor que implica una mayor atención a los movimientos del cuerpo y del manejo de las órdenes en las que se implica el sistema nervioso central.
- Las habilidades sociales con los miembros del centro de equitación, sus profesores y compañeros de clase.

Todos estos objetivos se irán desarrollando a lo largo de la jornada a través de un circuito de talleres y bajo la constante supervisión de monitores especializados en la materia, que se repartirán en diferentes grupos para así ofrecer una atención más personalizada al alumno/a.

## **TALLERES A REALIZAR**

### **LA SALUD DEL CABALLO**

- Reconocer señales de buena y mala salud.

- Conocer las condiciones normales de un caballo.
- Partes del caballo.
- Razas y tipos de caballo.
- Agua y alimentación básica.

#### MANEJO BÁSICO

- Acercamiento, como coger y soltar
- Atar correctamente
- Manejo en la cuadra

#### “GUADARNÉS”

- La montura y sus tipos.
- La cabezada y sus partes.
- Limpieza.

#### CEPILLADO

- Cómo cepillar un caballo y ¿por qué?
- El equipo de limpieza.
- Bañar el caballo.

#### HERRAJE Y CUIDADO DE LOS CABALLOS

- El cuidado de los pies herrados y no herrados.
- Reconocer cuando un caballo necesita estar herrado.
- Ver como trabaja un herrador.

#### MONTA A CABALLO

- Conocimientos básicos (10-15 minutos)

<b>Temporalización:</b>	Sesión de 3 horas de duración, grupos de 50 alumnos por sesión
<b>Destinatarios:</b>	A partir de 4 años, primaria, secundaria y bachiller.
<b>Lugar:</b>	Escuela de Hípica Villa Julia, carretera de Sanlúcar.
<b>Horario:</b>	de 10:00 a 13:00 horas
<b>Fecha:</b>	de marzo a junio
<b>Precio:</b>	6 € por alumno, el transporte correrá por cuenta del centro escolar
<b>Información:</b>	Pabellón Deportivo Municipal, Telf. 956542083 Charo Amaya López, Telf. 629785690 Escuela de Hípica, Susana Telf. 617766119

#### TALLER DE PÁDEL

Programa escolar para promocionar el mundo del Padel , deporte de moda y en pleno auge , en esta actividad se busca el acercamiento de este deporte a todos los alumnos de los centros escolares de El Puerto de Santa María .

Los escolares darán una clase de Padel con monitores titulados, y se les acercara este deporte enseñándole los golpes básicos mediante la metodología y juegos según edades y cantidad de alumnos por sesión, para finalizar con pequeños partidos entre ellos guiados por los mismos monitores.

<b>Temporalización:</b>	Sesión de 3 horas de duración, grupos de 35 alumnos por sesión
<b>Destinatarios:</b>	Primaria, secundaria y bachiller.
<b>Lugar:</b>	Club Deportivo “La Isleta”. C/ Viñador s/n, Urbanización “Las Viñas”
<b>Horario:</b>	de 10:00 a 13:00 horas
<b>Fecha:</b>	de marzo a junio
<b>Precio:</b>	5 € por alumno, el transporte correrá por cuenta del centro escolar
<b>Información:</b>	Club Deportivo La Isleta, Telf. 617564809 Pabellón Deportivo Municipal, Telf. 956542083

#### TALLER DE INICIACIÓN AL SURF

##### **Introducción:**

El surf y sus modalidades han sido incluidos entre los deportes extremos entendiéndose como un estilo de vida alternativo, un culto a la vida y a la libertad y el relax en un entorno natural ¿Porqué incluir el surf en el marco escolar? Según diferentes

estudios, los adolescentes hacen ejercicio físico, entre otros, para divertirse, para mejorar su imagen, para sentirse mejor, para ser más hábiles y más eficaces, para superar retos, para integrarse, para hacerse aceptar dentro del grupo y para conservar y mejorar su salud.

El deporte del surf da respuesta a todos estos factores consiguiendo de este modo aprendizajes significativos. Asimismo, es a los 14-15 años cuando se definen las preferencias deportivas y cuando en la evolución del tiempo libre de los adolescentes se produce una sistematización en la práctica deportiva, una gratificación en el contacto con la naturaleza, y un culto a la amistad y al compañerismo. Ante estas perspectivas, el surf atiende a la necesidad de libertad y de un estilo de vida alternativo saludable con sensaciones únicas; responde a la curiosidad y necesidad de experiencias nuevas y contribuye a la necesidad de afirmación, evasión, idealismo, extroversión, afán de asociación y apertura social que se da en la crisis de la originalidad juvenil y edad de los “modelos”.

La institución escolar debe dar respuesta a las demandas de la sociedad, de ahí la importancia que han adquirido, en el currículo actual de Educación Física, las actividades en la naturaleza, que constituyen, en primaria y secundaria, un bloque de contenidos por si mismas.

Pero estas ganas de recrearse en la naturaleza también pueden contribuir a reforzar el grave problema de la degradación del medio ambiente y su conservación, por lo que paralelamente hemos de concienciar a la sociedad sobre la necesidad de proteger y cuidar el medio. Partiendo de las escuelas y centros educativos hemos de acostumbrar al alumnado a observar las situaciones humanas de dejadez y malas prácticas (papeles, latas, plásticos y cristales por cualquier lado), a reflexionar sobre estas situaciones, para que esto no ocurra en el medio natural.

Se puede decir que la Educación Física al aire libre se centra en el conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas, técnicas y recursos que permiten desenvolverse o practicar actividades físicas lúdico-deportivas en la naturaleza, con seguridad y con el máximo respeto hacia su conservación; disfrutando, compartiendo y educándose en ella

Objetivos Generales del Área de Educación Física:

- Valorar la práctica habitual y sistemática de actividades físicas como medio para mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.
- Realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tenga bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación.

A la luz de estos, se determinan los siguientes objetivos didácticos:

- Conocer los orígenes y actualidad del surf e iniciarse en la práctica del surf.
- Contribuir al dominio de diferentes situaciones motrices en el medio acuático conociendo el medio natural próximo y sus posibilidades para el empleo constructivo del ocio y tiempo libre.
- Desarrollar actividades en zonas próximas y entornos naturales, sabiendo aplicar los conocimientos adquiridos y aceptando y respetando las normas para conservar y mejorar el medio natural que le rodea.
- Identificar los peligros entre los diferentes estados de la mar y respetar las normas básicas de precaución, protección y seguridad.
- Tomar parte y cooperar en todo tipo de actividades relacionadas con el medio acuático, independientemente del nivel de destreza alcanzado y habituarse a la práctica de actividad física en la playa.

**Contenidos:**

**Desde el Taller de Play surfing, SE PLANTEAN DOS TIPOS DE ACTIVIDADES A ELEGIR, en función de las necesidades y/o posibilidades**

- **Actividad A:** Se realiza la actividad de **Surf** en el **CENTRO ESCOLAR**.
- **Actividad B:** Se realiza la actividad de **Surf** en **PLAYA** (Las Redes).

Conceptos	Actividad A	Actividad B
Actividades en el medio acuático: Surf.	X	X
Vocabulario específico de actividades acuáticas: vientos, mareas, condiciones meteorológicas, etc.	X	X
Nombre y uso que reciben los diferentes materiales específicos del Surf: tabla, invento, quillas, etc.	X	X
Normas básicas de seguridad: comportamiento en tierra, comportamiento en agua, uso	X	X

correcto del material.		
Higiene deportiva: uso de cremas solares, camisetas protectoras del frío y del sol, uso del traje de neopreno	X	X
<b>Procedimientos:</b>		
Realizar un calentamiento específico para la práctica de este deporte.		X
Llevar a cabo juegos de aprendizajes de técnicas de colocación de invento, posición en tabla, remado, etc.	X	X
Ejecutar por parejas diferentes juegos para trabajar el equilibrio y la estabilidad en la tabla.	X	X
Experimentar en el agua algunos ejercicios y juegos realizados en tierra para coger olas.		X
Practicar las normas aprendidas de conservación y mejora del medio natural en salidas y excursiones extraescolares.		X
<b>Actitudes:</b>		
Valoración positiva del Surf como actividad físico-deportiva que se puede realizar en el medio natural como forma para desarrollar las capacidades físicas, la recreación y la ocupación del tiempo libre.	X	X
Respeto al medio ambiente como actitud elemental de convivencia y protección de la riqueza geográfica que nos rodea, en este caso la costa.	X	X
Toma de conciencia de la importancia de saber moverse y desenvolverse en el medio natural (playa) como medio de recreación y de mejora de la salud		X
Mejora y superación de los propios límites del individuo que repercutirá en un reforzamiento de la autoestima y su integración social.		X
Colaborar en el transporte y recogida del material.	X	X

#### ACTIVIDAD A: SURF EN EL CENTRO ESCOLAR.

**Información previa:** Proyección audiovisual del Surf. Presentación del material a utilizar.

**Parte principal:** Realización de juegos para trabajar la técnica del surf.

**Vuelta a la calma:** Puesta en común.

#### ACTIVIDAD B: SURF EN LA PLAYA

**Información previa:** Breve exposición del deporte del Surf, normas de comportamiento y seguridad a tener en cuenta en el desarrollo de toda la sesión. Juegos para conocer el nivel de capacidades de los participantes con el fin de adecuar la sesión al mismo.

**Calentamiento o adaptación al medio:** Mediante la realización de movimientos variados, generales y locales no intensos, siempre de forma jugada y que preparen fisiológica y psicológicamente al alumnado para el esfuerzo.

**Parte principal:** Constará de la práctica de las actividades necesarias para la consecución de los objetivos que nos propones y adaptados al nivel inicial de los participantes. Una parte de la sesión se realizará en tierra y otra en agua.

**Vuelta a la calma:** Se hará a base de estiramientos, relajaciones sin olvidar el aspecto lúdico. Y ofreciendo la información necesaria para afianzar los conocimientos hasta ese momento adquiridos.

#### ACTIVIDAD A: Surf en el Centro Escolar

##### Recursos

##### a) Materiales

- Proyector y colchonetas (lo aporta en centro educativo)
- Tablas de soft y material complementario para la actividad (Escuela play surfing)

##### b) Humanos

Monitor en posición de titulación de Técnico Deportivo de Surf por la FES, registrado y dado de alta como miembro de la ISA (International Surfing Association), diplomado en CC de la Educación como Maestro de Educación Física, Técnico en primeros Auxilios y Salvamento Acuático (Federación Española) y Técnico Superior en Animación Deportiva.

**Temporalización:** Curso escolar. 1 sesión de 2horas

**Destinatarios:** 5º y 6º de primaria, de 1º a 4º de ESO y Ciclos Formativos.

**Lugar:** se realizará en el centro escolar.

**Precio:** el precio será de **3€ por alumno. (máx. un aula 25/30 pax)**

#### ACTIVIDAD B:

## Recursos

a) Materiales ( Play Surfing aporta todo el material necesario)

- Tablas de soft adaptadas al peso, talla y nivel de los participantes. Es importante saber que el material que se va utilizar en la escuela, concretamente en las tablas es el "soft"(esponja sólida impermeable) un material apto, nada peligroso, para participantes y bañistas que estén en la zona.
- Invento, quillas, parafina, etc.
- Licras identificativas para el alumnado y monitor.
- Trajes de neopreno para el invierno.
- Material de salvamento y primeros auxilios.
- Velador móvil.

b) Humanos

- Monitor en posición de titulación de Técnico Deportivo de Surf por la **FES**, registrado y dado de alta como miembro de la **ISA (International Surfing Association)**, diplomado en CC de la Educación como Maestro de Educación Física, Técnico en primeros Auxilios y Salvamento Acuático (Federación Española) y Técnico Superior en Animación Deportiva.

<b>Temporalización:</b>	1º Periodo: Octubre – Noviembre. 2º Periodo: Desde Febrero hasta Junio. Duración de la sesión: 3 horas (10:00 a 13:00h)
<b>Destinatarios:</b>	5º y 6º de primaria, 1º a 4º de ESO y Ciclos Formativos.
<b>Lugar:</b>	se realizará en la <b>Playa Santa Catalina</b> (Las Redes)
<b>Precio:</b>	el precio será de <b>11,50 € por alumno (transporte incluido) para grupos de 25 pax.</b>
<b>Información:</b>	Play Surfing 956543602/626087765 Pabellón Deportivo Municipal 956542083 Charo Amaya López 629785690

## TALLER DE ESGRIMA

Como algo novedoso dentro de la oferta deportiva proponemos este curso de esgrima con sable de gomaespuma con el propósito de que los niños/as de los diferentes centros escolares tengan un acercamiento a un deporte olímpico de élite, pero que a la vez, se les puede hacer muy cercano y llevarlo a su terreno en forma de juego.

### Objetivos:

- Desarrollo de las capacidades de coordinación y concentración.
- Inicio de las técnicas básicas de la Esgrima a partir del juego.
- Fomento la actitud de escucha, comprensión, asimilación de las diversas técnicas.

### Contenidos:

1. Posiciones básicas: Puesta en guardia  
Saludos  
Marchar  
Romper  
Fondo
2. Técnicas básicas: Ataque directo  
Paradas de cuarta y sexta  
Batir
3. Juegos de desarrollo

<b>Temporalización:</b>	El taller tendrá una duración de dos horas para cada clase, 25 alumnos por grupo. La distribución y organización de las horas será en función de las necesidades del centro escolar.
<b>Destinatarios:</b>	Primaria y Secundaria
<b>Lugar:</b>	Centro escolar
<b>Horario:</b>	de mañana
<b>Fecha:</b>	de enero a junio
<b>Precio:</b>	2 € por alumno.
<b>Información:</b>	Pabellón Deportivo Municipal, tlf. 956542083

Charo Amaya 629785690  
Sala de Armas Adalid, Mari Santi Tlf. 651632868

## **TALLER DE TENIS**

### **Introducción:**

Con esta actividad los alumnos tendrán la oportunidad de conocer e introducirse en dicho deporte y la posibilidad de continuar, o tener simplemente la primera toma de contacto.

Según el número de alumnos se dividirán los grupos en subgrupos, se les asignará profesor, tareas propias de tenis, juegos y actividades lúdicas relacionadas con este deporte.

De esta manera los alumnos recibirán una clase de Tenis adecuada a su nivel y edad, a través del juego y diversión, con rotaciones de profesorado para pasar de unas actividades a otras, según las estaciones (objetivos y contenidos) propuestos para cada grupo.

Todas las actividades se realizarán de forma simultánea, donde cada 20 minutos aproximadamente se rotarán por profesor y estación cambiando la actividad-ejercicio-juego-competición, haciendo dinámica y divertida en todo momento la actividad deportiva.

Se oferta la posibilidad de que dicha actividad pueda impartirse en inglés

Al final del taller los alumnos realizarán un test práctico o competición, donde los ganadores disfrutarán una quincena gratis en los cursos que realiza TAO TENNIS.

### **Objetivos:**

- Fomentar la actividad física y el deporte de los jóvenes
- Promoción del Tenis
- Educación integral de cada alumno.
- Fomento del trabajo en pareja, equipo y formas jugadas para enriquecer la socialización, dinamismo y diversión.

**Destinatarios:** Alumnos/as a partir de infantil de 4 años a 2º de Secundaria.

**Temporalización:** 1 sesión de dos horas y media.

**Fecha:** De octubre a junio.

**Lugar:** **Centro Escolar o en las instalaciones de la Escuela Tao Tennis en Valdelagrana.**

**Horario:** entre las 10:00 y las 13:30 horas.

**Recursos:** El material necesario será proporcionado por Tao Tennis, excepto **las raquetas que tendrá que aporta cada alumno la suya.**

**Precio:** **2,50€ alumno.** El centro escolar correrá con los gastos de desplazamiento en caso de elegir realizar la actividad en la Escuela de TAO TENNIS en Valdelagrana.

**Información:** Pabellón Deportivo Municipal 956542083

Charo Amaya López 629785690

Escuelas de Tenis TAO TENNIS 679748349

**Dirección Escuela:** Urbanización Molino Platero (detrás del Centro Inglés)

## **TALLER DE TENIS PLAYA**

### **Introducción**

El tenis playa o más conocido internacionalmente como “beach tennis”, es un deporte que surgió en los años 70 como una fusión entre los deportes de raqueta y playa, donde la Federación Internacional de Tenis avala la modalidad.

A nivel internacional, es un deporte mucho más practicado que el pádel, donde día a día el número de aficionados va creciendo y más de 30 países cuentan con práctica regular en sus playas.

El tenis playa se practica siempre en arena de forma individual, dobles y mixta, fomentando un estilo de vida saludable con el aprovechamiento del medio natural para la práctica de actividad física. Además es un deporte medio ambientalmente saludable puesto que no genera impacto hacia su lugar de práctica.

El Puerto de Santa María, cuenta con los ingredientes perfectos para el disfrute y práctica de esta modalidad, donde el clima y sus playas son las protagonistas, de ahí surgió el afán por la práctica de esta modalidad a través de un grupo de amigos Graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Nos consideramos privilegiados por las condiciones que nos rodean y desde el Club Tenis Playa Portuense, queremos acercar a toda la población nuestro amor por la práctica de deporte saludable y el aprovechamiento del medio natural para el mismo.

**Contenidos:**

- ? Golpeos básicos del Tenis playa.
- ? La satisfacción deportiva e integración.
- ? Juegos de familiarización.
- ? Desarrollo motor.
- ? Condición física.

**Objetivos:**

- ? Enseñar la técnica básica.
- ? Aprender hacer un uso responsable de los espacios naturales.
- ? Experimentar la práctica del tenis playa.
- ? Transmitir los valores del club.
- ? Mejorar la coordinación dinámica general.

**Destinatarios:** Primaria, ESO, Bachillerato y Ciclos Formativos.

**Temporalización:** Una sesión de 2h 30 min de duración, en horario de 11.00 a 13.30 horas en grupos de 35 alumnos. La actividad se impartirá desde noviembre a Junio.

El día de la semana será a elegido por el centro escolar, teniendo así mismo en cuenta las condiciones meteorológicas.

**Lugar de la actividad:**

La actividad se desarrollará en la playa de El Puerto de Santa María más cercana al centro de procedencia de los alumnos. El transporte de los alumnos desde el centro escolar a la zona de actividad correrá a cargo del centro escolar.

Si el centro decide realizar la actividad en la Playa de Santa Catalina durante los meses de Noviembre a Febrero, se realizará en semanas de bajamar por la mañana.

**Recursos humanos y materiales:**

Todos los recursos necesarios para el correcto desarrollo de la actividad serán asumidos por el Club Tenis Playa Portuense, quien dispondrá de todo el material necesario para la actividad así como profesionales certificados de la actividad física y del deporte para su docencia.

**Precios:** El precio por alumno es de 3€.

**Datos de información:**

Presidente del Club Tenis Playa Portuense: Álvaro Pradera Resines – 622 87 47 43.

Más información sobre el club: [tenisplayaportuense.com](http://tenisplayaportuense.com)

Email: [c.tenisplaya.portuense@gmail.com](mailto:c.tenisplaya.portuense@gmail.com)

## TALLER DE CICLISMO

### OBJETIVOS

Los objetivos marcados por la entidad son pocos, pero con la intención que sean sólidos en el futuro de nuestro@s, son los siguientes:

- 1.- Formación integral del alumnado por medio del ciclismo, adquirir valores y siempre como refuerzo de resultados académicos.
- 2.- Promover el deporte entre nuestros alumnos y sus familiares, siendo los cimientos de una continuación del deporte en la vida adulta (por eso no importa el resultado de una prueba, si lo pasas bien, has ganado).
- 3.- Adopción de una práctica deportiva saludable y regular, promoviendo y desarrollando destrezas y habilidades deportivas y sociales.
- 4.- Conseguir una base sólida, competitiva y cohesionada, donde los alumnos representen a un valor de unión, representado por su equipo y ciudad, a nivel provincial, autonómico y nacional.



## **Funcionamiento**

**Lugar:** Aula o sala con proyector y ordenador (a ser posible cedido por el centro).  
Patio del centro educativo.

**Oferta de la actividad:** Preferentemente para niñ@s de 4 a 13 años.

**Ropa y vestuario:** Ropa de ciclismo (preferentemente) o deportiva (a los alumnos con chándal se le recomienda una goma para agarre de la parte baja del pantalón). y zapatillas deportivas.

**Material:** Llevar bicicleta o como mínimo, 1 por cada 2 niños.

**Horario:** A determinar por el centro.

**Precio:** 1,50 € por niño o 1 kilo de productos no perecederos (pasta, arroz, legumbres, conservas, etc.)

## **Programa**

- Presentación y explicación: 1 hora y media a 2 horas.
- Descanso y recogida de material.
- Práctica y demostración: 1 hora y media a 2 horas.

## **Contenidos**

Presentación:

- Que es el ciclismo.
- Modalidades.
- Tipos de bicicletas.
- Videos explicativos y competitivos.
- Nuestro club/escuela.

Practica.

- Circuito de habilidad.
- Demostración.
- Preguntas

El centro que este interesado se podría realizar una pequeña salida en bici acompañados de profesor de educación física y padres /madres voluntarios

**NOTA: Los alimentos recogidos irán destinados a una asociación benéfica aun por decidir, en el momento se informara a los centros.**

## **INFORMACIÓN Y CONTACTO**

David Molina Soler / Teléfono 695057876 / EMAIL soler666@hotmail.com

José María Guerrero Ortega / Teléfono 617165842 / EMAIL guerrerortega@hotmail.com

## **TALLERES DE ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA**

### **Presentación**

La **campaña escolar** realizada por la empresa ACTIBA MAR AVENTURA en el Parque Metropolitano Marisma de los Toruños y Pinar de la Algaida se centra en dos tipos de actividades:

**a) Itinerarios didácticos:** diseñados para acercar a los escolares a los recursos naturales, socio-culturales y etnográficos ligados al litoral, y comprender su relación con el hombre. La diversidad de los ecosistemas presentes en el Parque –marisma, pinar y playa– ofrece un entorno natural inigualable para desarrollar actividades didácticas y lúdicas.

**b) Actividades deportivas en la naturaleza:** Aprovechando la enorme riqueza natural del Parque, ofrecemos un amplio abanico de actividades deportivas que fomentan los hábitos saludables, la convivencia y el uso respetuoso del entorno.

Además, de manera temporal, del 28 de marzo al 17 de junio, se amplía la oferta con otras actividades y/o talleres de educación ambiental y deportiva

### INFANTIL Y PRIMARIA

ITINERARIOS DIDÁCTICOS	CURSOS			Duración	Tarifa	Min.	Max
						Alumnos	Alumnos
Un paseo con Charri-Guiñol	Infantil			4 horas	11 €	20	100
Talleres Ambientales	Infantil			2 horas	5 €	20	100
	Primaria	1º,2º	3º, 4º,5º,6º				
Ruta ambiental en tren eléctrico (pendiente de confirmar)	Infantil			2 horas	6 €	20	60
	Primaria	1º, 2º	3º, 4º, 5º, 6º				
Tres ecosistemas, tres experiencias	Primaria		3º, 4º, 5º, 6º	4 horas	11€	20	100
<b>ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN LA NATURALEZA</b>							
Multiaventura	Primaria		3º, 4º, 5º, 6º	4 horas	11 €	20	60
Circuito de Orientación	Primaria		5º, 6º	2º horas	8 €	20	60
Ruta en Bicicleta	Primaria		5º, 6º	2:30 horas	8 €	20	50
Duathlón	Primaria		5º, 6º	4 horas	11 €	20	100

### ACTIVIDADES PARA SECUNDARIA Y OTROS NIVELES FORMATIVOS

ITINERARIOS DIDÁCTICOS	CURSOS			Duración	Tarifa	Min.	Max
						Alumnos	Alumnos
Tres ecosistemas, tres experiencias	Secundaria	Bachill	otros	4 horas	11 €	20	100
Taller de ornitología	Secundaria	Bachill	otros	4 horas	11 €	20	60
<b>ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN LA NATURALEZA</b>							
Circuitos de orientación	Secundaria	Bachill	otros	2:30 horas	8 €	20	60
Ruta en bicicleta	Secundaria	Bachill	otros	2:30 horas	8 €	20	50
Paseo en Kayak	Secundaria	Bachill	otros	2:30 horas	8€	20	60
Duatlón	Secundaria	Bachill	otros	4 horas	11 €	20	100

Triatlón	Secundaria	Bachill	otros	6 horas	15 €	20	100
Ruta ornitológica en Kayak		Bachill	otros	4 horas	11 €	20	60

#### TALLER DE MAR Y NATURALEZA

ACTIVIDADES ACUÁTICAS	Cursos			duración	Precio por alumno	Mínimo	Máximo
Iniciación al Surf	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	12 €	20	50
Iniciación al Paddle	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	12 €	20	50
Multiaventura acuático: Paddle, Kayak, Surf, (a elegir dos actividades)	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	15 €	20	50
<b>ACTIVIDADES DE VOLUNTARIADO Y/O CONCIENCIACIÓN AMBIENTAL</b>							
Las dunas de la playa de Levante	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	11 €	20	25
Aves en peligro de la playa de Levante	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	11 €	20	25

#### ACTIVIDADES ACUÁTICAS PUERTO SHERRY

ACTIVIDADES	Cursos			duración	Precio por alumno	Mínimo	Máximo
Iniciación a la vela	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	15 €	20	50
Combinado Paddle Surf y Kayak	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	12 €	20	50
Multiaventura acuático: Vela, Paddle, Surf y Kayak	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	15 €	20	50

#### ACTIVIDADES ACUÁTICAS LAS REDES

ACTIVIDADES	Cursos			duración	Precio por alumno	Mínimo	Máximo
Surf	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	12 €	20	50
Paddle Surf	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	12 €	20	50
Multiaventura: Paddle Surf y Surf	5º, 6º prim.	Secun.	Bachiller	4 horas	12 €	20	50

Información: Telf. 615084081

[www.actiba2000.com](http://www.actiba2000.com) y [www.parquedelabahia.es](http://www.parquedelabahia.es)

solicitud e inscripción: e-mail [vnarbona@actiba2000.com](mailto:vnarbona@actiba2000.com)

Fax: 956903288

Dirección: Casa de los Toruños, Avda. del Mar, 7 11500 El Puerto de Santa María

Contacto Concejalía de Deportes: Charo Amaya 629785690

