

## **DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**

### **PLAN DE FOMENTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA A TRAVÉS DEL PROGRAMA “DEPORTE EN EDAD ESCOLAR”**

El plan pretende contribuir a la adquisición de comportamientos y competencias básicas en un contexto de educación integral en el que se encuentran presentes valores asociados a la práctica deportiva, como el compañerismo, el juego limpio, la tolerancia y el rechazo a la violencia.

Igualmente, se trata de propiciar la participación e integración del alumnado en la vida del centro, promover hábitos de actividad física y salud, y desarrollar alternativas activas para su tiempo de ocio.

En su desarrollo se contemplan tres facetas:

- a) Participación en el Campeonato de Promoción Deportiva de la Región de Murcia, perteneciente al Programa Deporte Escolar. Se llevarán a cabo diversas competiciones deportivas con otros centros de enseñanza, facilitando la participación del alumnado en igualdad de condiciones y oportunidades.
- b) Recreos deportivos. Se utilizarán los espacios deportivos del centro durante los recreos para el desarrollo de diferentes actividades con clara orientación lúdica. Para que las mismas se desarrollen adecuadamente en cuanto a su organización y control, se solicitará la colaboración de los alumnos de Bachillerato Internacional.
- c) Promoción de hábitos saludables. Se utilizará el gimnasio del centro durante los recreos para el desarrollo de un plan de extensibilidad isquiosural que consistirá en detección de alumnos con S.I.C., concienciación, dotación de recursos para un desarrollo autónomo y comprobación de resultados. Se realizarán varias mediciones al trimestre para un óptimo seguimiento del plan aplicando técnicas y ejercicios de forma individualizada.

Las actividades de los apartados b) y c) se enmarcan en la Campaña CEPAFD (Campaña Deportivo-Recreativa de Centros Escolares Promotores de la Actividad Física y el Deporte), integrada en el Programa Deporte en Edad Escolar para el curso 2012-2013.

Durante el presente curso escolar, la coordinación del Plan estará a cargo de D. Luis Luengo Maimone, profesor del Departamento de Educación Física.