

**INSTITUTO DE ENSEÑANZA SECUNDARIA  
CARMEN CONDE**

**PROGRAMACION DIDÁCTICA DE LA ASIGNATURA  
DE EDUCACIÓN FISICA**

**1º BACHILLERATO**

**CURSO 2009-2010**

**PROFESORES :**

**ALBERTO ORTIZ SANCHEZ**

**DOMINGO RODRIGUEUBEDA  
AURORA MURO VILLALON**

## **1. - INFORMACION GENERAL DEL CENTRO**

### **1.1 - NOMBRE DEL CENTRO. I.E.S. "CARMEN CONDE"**

AVDA. ATENAS S/ N LAS ROZAS 28.230 ( MADRID)

### **1.2. - TIPO DE ENSEÑANZA**

PRIMERO BACHILLERATO

### **1.3. - CURSOS Y GRUPOS**

1º BACHILLERATO A , B ,Y C

### **1.4. - TIEMPO TOTAL DE CLASE**

DOS CLASES SEMANALES POR GRUPO. CADA CLASE DURARA 50  
MINUTOS. TOTAL 100 MINUTOS SEMANALES

### **1.5. - INSTALACIONES**

GIMNASIO INDEPENDIENTE DE 25,50 MTS. DE LONGITUD POR 14,75  
MTS. , DE ANCHURA

#### **INSTALACIONES EXTERIORES DISEÑADAS PARA :**

1 CAMPO DE BALONCESTO( el campo de baloncesto está en malas condiciones y las canastas presentan un posible peligro para los alumnos, está proyectado la sustitución de las mismas pero en estos momentos todavía no se ha realizado), 2 DE VOLEIBOL( uno de ellos también en muy malas condiciones), 2 DE FÚTBOL SALA, O BALONMANO( que están recién asfaltados y pintados pero las cuatro porterías están sin anclar)

DOS VESTUARIOS DENTRO DEL GIMNASIO CON 3 LAVABOS Y UN INODORO, CADA UNO.

UN INODORO ADAPTADO ALUMNOS DISCAPACITADOS

UNA SALA DE FISIOTERAPIA PARA ATENCIÓN ALUMNOS DISCAPACITADOS

UN ALMACEN DE MATERIAL

UN DESPACHO – DEPARTAMENTO, CON DUCHA E INODORO

### **1.6. - ORGANIZACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FISICA**

LA DISTRIBUCIÓN DE LOS GRUPOS QUEDA ESTABLECIDA DE LA SIGUIENTE MANERA

AURORA MURO VILLALON: JEFE DEPARTAMENTO. IMPARTIRA LAS CLASES DE 4º DE LA ESO Y TUTORÍA DE 4-C Y 1º DE BACHILLERATOS 19 HORAS EN TOTAL.

DOMINGO RODRIGUEZ, DARA CLASES A LOS GRUPOS DE TERCERO DE E.S.O 8 Y UNA HORA DE ESTUDIO. HORAS EN TOTAL

ALBERTO RUIZ SANCHEZ, DA LAS CLASES DEL PRIMER CICLO, LOS. 16 HORAS EN TOTAL.

### **1.7. – MATERIAL DISPONIBLE**

6 POSTES DE BALONCESTO

8 CANASTAS DE BALONCESTO( DOS EN EL GIMNASIO)

4 PORTERIAS DE BALONMANO

4 POSTES DE VOLEIBOL

6 POSTES DE BADMINTON

4 REDES DE BADMINTON

3 REDES DE VOLEIBOL

2 REDES POLIVALENTES 25 M Y 40 M

1 COLCHONETA QUITAMIEDOS  
6 COLCHONETAS DE GIMNASIA ARTISTICA  
24 COLCHONETAS DE SUELO  
8 BANCOS SUECOS  
8 ESPALDERAS  
1 MINITRAMP  
1 TRAMPOLIN DE SALTOS  
2 PLINTONS  
4 SALTOMETROS DE ALTURA  
2 REDES PORTERIA BALONMANO  
4 BOLSAS DE BALONES  
2 CARROS PORTABALONES  
1 COMPRESOR ELECTRONICO  
4 BOMBAS INFLAR BALONES  
1 SOGA PARA TRACCION  
28 CONOS PLANOS  
11 CONOS NORMALES  
10 CONOS CON BASE CUADRADA  
20 CONOS CON RANURA PARA BARRA  
42 BALONES DE BALONCESTO  
30 BALONES DE FUTBOL  
50 BALONES DE VOLEIBOL  
18 BALONES DE BALONMANO  
12 BALONES RITMICA  
12 BALONES MULTIUSO

46 RAQUETAS DE BADMINTON  
28 STICKS DE HOCHEY - SUELO  
18 PELOTAS DE MASAJE  
8 ZANCOS  
34 PALAS FRONTON  
20 INDIACAS  
75 POMPONES  
5 BALON GIGANTE  
35 DISCOS VOLADORES  
30 PELOTAS DE TENIS  
40 CUERDAS SALTO  
16 BOLAS DE HOCKEY SUELO  
6 AROS RITMICA  
2 SOGAS  
13 BALONES MEDICINALES ( 2 KG )  
3 CRONOMETROS  
2 SILBATOS  
5 TESTIGOS RELEVOS ATLETISMO  
1 CINTA ELASTICA  
1 CINTA METRICA  
5 BRUJULAS ORIENTACION  
80 VOLANTES BADMINTON  
2 BALONES DE KIMBOL  
1 INFLADOR DE KIMBOL  
10 SHATEL

6 PARES DE ZAPATILLAS DE CLAVOS  
40 PETOS DE DIFERENTES COLORES  
1 MEDIDOR DE FLEXIBILIDAD  
1MEDIDOR DE SALTO DE ALTURA  
80 EQUIPACIONES DE CAMPEONATOS ESCOLARES  
12 PICAS LARGAS  
12 PICAS CORTAS  
10 BARRAS DE PESO  
1 ARCO Y 2 FLECHAS CON DIANA  
1 JUEGO COMPLETO REGLAMENTARIO DE BOCCIA  
1 BICICLETA ADAPTADA MANUAL  
1 PEDALIER  
10 LIBROS DE TEXTO  
4 ALBUNES DE FOTOS  
3 MESAS  
3 SILLAS  
2 ESTANTERÍAS  
1 MUEBLE PARA EQUIPO DE MÚSICA  
2 ARMARIOS DE ALMACENAJE  
3 TABLONES DE CORCHO  
1 BOTIQUIN  
1 TELÉFONO  
1 ORDENADOR  
1 IMPRESORA  
1 BICICLETA ESTÁTICA

1 BICICLETA ADAPTADA MANUAL

1 PEDALIER

1 JUEGO BOCCIA COMPLETO

4 BANDAS ELÁSTICAS

1 BANCO DE ABDOMINALES

1 BANCO DE REMO

**OBJETIVOS GENERALES DE MATERIA (BACHILLERATO).**

- 1.- Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida.
- 2.- Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física y salud, incrementando las cualidades físicas implicadas, a partir de la evaluación del estado inicial.
- 3.- Diseñar, organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas.
- 4.- Incrementar la eficacia motriz en la resolución de situaciones motrices deportivas, dando prioridad a la toma de decisiones, perfeccionando la ejecución de los elementos técnicos aprendidos en la etapa anterior.
- 5.- Diseñar y realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que constituyan una forma de disfrute del tiempo libre y una consolidación de hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.
- 6.- Facilitar la consolidación de actitudes de interés, disfrute, respeto, esfuerzo y cooperación mediante la práctica regular de la actividad física.
- 7.- Adoptar una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva, así como ante los fenómenos socioculturales derivados de las manifestaciones físico-deportivas.

- 8.- Diseñar y practicar, individualmente o en pequeños grupos, composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y comunicación.
- 9.- Emplear de forma autónoma la actividad física y las técnicas de relajación como medio de conocimiento personal y como recurso para aliviar tensiones y reducir desequilibrios producidos por la vida diaria.

## **2.- INTRODUCCIÓN**

Desde el materia de la Educación Física, se intenta educar las capacidades motrices de los alumnos. Ello supone desarrollar destrezas y habilidades instrumentales que perfeccionen y aumenten su capacidad de movimiento, profundizar en el conocimiento de la conducta motriz como organización significativa del comportamiento humano y asumir, actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y a la conducta motriz. La enseñanza en esta área implica mejorar tanto las posibilidades de acción de los alumnos como propiciar la reflexión sobre la finalidad, sentidos y efectos de la acción misma.

La comprensión de la conducta motora no puede aislarse de la comprensión del propio cuerpo como elemento presente en la experiencia de las personas e integrado en la vivencia personal. Asimismo, la educación a través del cuerpo y del movimiento no puede reducirse tan solo a los aspectos motrices o perceptivos, sino que implica, además, aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognoscitivos.. El cuerpo este presente en la totalidad de la experiencia de las personas. Todas las áreas se hallan comprometidas en el desarrollo de las capacidades motrices. El planteamiento general de la Educación Física reconoce el cuerpo y el movimiento como ejes básicos de la acción educativa. La pretensión es que el alumno aprenda a conocer su cuerpo y utilice las posibilidades de movimiento de una forma responsable, ayudándole a adquirir los conocimientos, destrezas, actitudes y hábitos que le permitan sus condiciones de calidad de vida y salud, así como disfrutar y valorar las posibilidades de ámbito motriz como medio de enriquecimiento personal y de relación social.

La obtención de hábitos reglados a través del cuerpo es uno de los objetivos prioritarios de la E.S.O. ; para ello no solo será la practica continuada de actividades físicas sino la vinculación de estas a actitudes, valores, normas y conocimientos que guíen el desarrollo personal de los alumnos, lo que nos permitirá alcanzar estos objetivos.

La Educación Física en el Bachillerato se significa por un aumento de los aspectos cuantitativos del movimiento con respecto a la etapa de la E.S.O., sobre la base de dos concepciones relevantes:

A.- Mejora de la salud, incidiendo en la adopción de actitudes criticas de aquellos factores que actúan negativamente sobre la misma.

B.- La orientación instrumental del perfeccionamiento de habilidades motrices para el disfrute activo del tiempo de ocio.

Pretendemos que los alumnos / as, adquieran los conocimientos necesarios que les permitan planificar su desarrollo, observando mejoras en sus capacidades físicas y habilidades motrices.

Trataremos de conseguir que los alumnos conozcan los métodos y estrategias, experimentándolos a través de actividades basadas en el movimiento.

Enseñaremos las vías que posibiliten al alumno a través del ejercicio físico, la relajación y la merma de tensiones entroncadas en una sociedad que lejos de mejorar la calidad de vida de sus ciudadanos, fomenta actitudes sedentarias que determinan un envejecimiento prematuro de la población y unos hábitos de conducta que deterioran en gran manera la calidad de vida de nuestra sociedad.

### **COMPETENCIAS BÁSICAS**

En esta nueva Ley, se habla de competencias básicas como aquellas que se consideran imprescindibles que deben haberse desarrollado por nuestros alumnos y alumnas al finalizar la enseñanza secundaria obligatoria y de esta forma, lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa e incorporarse a la vida adulta de manera totalmente satisfactoria.

Estas competencias buscan un carácter propedéutico por tanto de la enseñanza, formando aprendizajes permanentes que le sean útiles a lo largo de su vida, integrando estos y utilizarlos de forma efectiva, cuando les resulten necesarios en diferentes situaciones y contextos.

A través de las diferentes materias, se desarrollarán por tanto, no sólo los objetivos de etapa sino también estas competencias básicas, que enumero a continuación:

1. Competencia en comunicación lingüística.
2. Competencia matemática.
3. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.
4. Tratamiento de la información y competencia digital.
5. Competencia social y ciudadana.
6. Competencia cultural y artística.
7. Competencia para aprender a aprender.
8. Autonomía e iniciativa personal.

**A través de la materia que nos ocupa “Educación Física”, vamos a poder desarrollar de forma directa alguna de estas competencias básicas y hacer aportaciones indirectas en otras. Estas aportaciones a las diferentes competencias son:**

- La competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico : a través de nuestra materia, nuestros alumnos y alumnas aprenderán destrezas sobre hábitos saludables, criterios para el mantenimiento y desarrollo de la condición física, lo que se traduce en salud a través del conocimiento de las cualidades físicas básicas; además colabora con el uso responsable del medio natural.

- La competencia social y ciudadana. La Educación Física es un elemento ideal para fomentar actitudes de respeto, tolerancia, cooperación, igualdad y trabajo en equipo, tal como se evidencia por ejemplo en las actividades deportivas colectivas que exigen la integración de un proyecto común, aceptando unas reglas así como unas diferencias y limitaciones concretas de cada participante, asumiendo cada integrante sus responsabilidades.
- Autonomía e iniciativa personal: Los contenidos de la materia hacen que los alumnos estén continuamente enfrentándose a nuevos retos y mostrar posturas de autosuperación, perseverancia y una actitud positiva y de esfuerzo en la mejora del propio nivel. Asimismo, a lo largo de la etapa se realizarán tareas de planificación individual para la mejora de sus propios parámetros.
- Competencia cultural y artística: A través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales de la motricidad humana, tales como los juegos tradicionales, actividades expresivas o la danza. Mediante la exploración se comunicará expresando sus ideas y sentimientos, colaborando especialmente desde las experiencias sensoriales y emocionales.
- Competencia para aprender a aprender : A través de todos los valores citados anteriormente, el alumno y alumna desarrollará una iniciativa y una aprendizajes cognitivos y motrices, pudiendo utilizarlo como recurso para otras actividades y como guía de planificación de aprendizajes.
- Competencia en comunicación lingüística: A través de los intercambios comunicativos y el lenguaje específico de la materia.

### **Fomento de la lectura**

A lo largo del curso se va pidiendo a los alumnos que busquen localización anatómica de los diferentes músculos su función, así mismo se les pide investigar sobre hábitos saludables y no saludables. Por último los trabajos sobre los diferentes deportes, buscando su historia, sus reglas, l

### **OBJETIVOS GENERALES DE MATERIA (BACHILLERATO).**

- 1.- Conocer y valorar los efectos positivos de la práctica regular de la actividad física en el desarrollo personal y social, facilitando la mejora de la salud y la calidad de vida.
- 2.- Planificar, elaborar y poner en práctica programas de actividad física y salud, incrementando las cualidades físicas implicadas, a partir de la evaluación del estado inicial.
- 3.- Diseñar, organizar y participar en actividades físicas como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas.
- 4.- Incrementar la eficacia motriz en la resolución de situaciones motrices deportivas, dando prioridad a la toma de decisiones, perfeccionando la ejecución de los elementos técnicos aprendidos en la etapa anterior.
- 5.- Diseñar y realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que constituyan una forma de disfrute del tiempo libre y una consolidación de hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

- 6.- Facilitar la consolidación de actitudes de interés, disfrute, respeto, esfuerzo y cooperación mediante la práctica regular de la actividad física.
- 7.- Adoptar una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva, así como ante los fenómenos socioculturales derivados de las manifestaciones físico.deportivas.
- 8.- Diseñar y practicar, individualmente o en pequeños grupos, composiciones con o sin base musical, como medio de expresión y comunicación.
- 9.- Emplear de forma autónoma la actividad física y las técnicas de relajación como medio de conocimiento personal y como recurso para aliviar tensiones y reducir desequilibrios producidos por la vida diaria.

## **2.- ACTIVIDADES FÍSICA, DEPORTE Y TIEMPO LIBRE.**

- El deporte como fenómeno social y cultural.
- Ejecución de una programación de entrenamiento deportivo para el desarrollo técnico y táctico de las actividades deportivas elegidas.
- Progreso en el dominio de los fundamentos técnicos, principios tácticos y conocimiento de los reglamentos de alguno de los deportes practicados en la etapa anterior. Aprovechamiento y utilización adecuada de los recursos del entorno para la práctica deportiva.
- Realización de juegos y deportes, con manejo de implemento.
- Colaboración en la organización y participación en torneos deportivos y recreativos de los diferentes juegos y deportes practicados.
- Análisis y valoración crítica de los aspectos de relación, trabajo en equipo y juego limpio propios de la actividad física y el deporte frente a la competitividad exagerada, violencia o actitudes discriminatorias.
- El cuerpo y el lenguaje: desarrollo y reconocimiento de las posibilidades introspectivas, expresivas, comunicativas, afectivas y de relación con los demás.
- Aplicación creativa de técnicas expresivas en la elaboración y representación de composiciones corporales individuales y colectivas.
- Realización de diversas actividades físicas en las que se utilice la música como apoyo rítmico y en las que se experimente sus posibilidades expresivas y de comunicación.
- Planificación y organización de actividades físicas , deportivas y recreativas en el medio natural. Diseño y puesta en práctica de actividades en la naturaleza. Consolidación de hábitos de respeto y protección del medio ambiente.

### ***Criterios de evaluación***

- 1.- Elaborar y poner en práctica de manera autónoma pruebas de valoración de la condición física orientadas a la salud.
- 2.- Planificar y realizar de manera autónoma un programa de actividad física y salud, utilizando las variables de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad,
- 3.- Organizar y realizar actividades físicas utilizando los recursos disponibles y nivel de desarrollo motor.

## **6. - METODOLOGIA**

Los estilos de enseñanza a emplear variaran en función de las situaciones y de los tipos de contenidos. A veces la instrucción directa será obligada por los excesivos contenidos técnicos, y otras nos interesara menos que el proceso de elaboración aplicándose al efecto el procedimiento de búsqueda.

Los métodos de enseñanza se presentan con una estrategia global, analítica y mixta.

Cada objetivo puede contener una metodología y una progresión diferente según los específicos resultados que se vayan obteniendo. Ejemplos: ejercicios específicos de trabajo de un músculo o grupo muscular se presentan con una técnica de instrucción directa y con un método de estrategia analítica.

La presentación de un deporte se realiza con una estrategia global y una técnica de enseñanza de resolución de problemas.

En ejercicios de expresión corporal se utiliza la enseñanza mediante la búsqueda, de libre exploración y descubrimientos guiados.

El desarrollo de una clase o sesión seguirá los principios fundamentales de progresión, dificultad, intensidad y motivación:

- Riguroso control de asistencia
- Presentación de la tarea a realizar
- Calentamiento dirigido por el profesor o alumno
- Desarrollo de una o varias cualidades físicas
- Desarrollo del objetivo específico de la sesión
- Vuelta a la calma o relajación.

Se tendrán en cuentas otros valores educativos como:

- Posibilitar las aportaciones individuales de los alumnos
- Responsabilidad en cuanto al manejo del material didáctico.
- Diferenciación de niveles de enseñanza en los casos necesarios y estructuración en subgrupos.
- Desarrollo de la sesión mediante un clima de trabajo.

## **7. - PROCEDIMIENTOS DE EVALUACION**

La evaluación es un proceso sistemático cuyo fin es conseguir la mejora continuada dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje. Se tendrán en cuenta algunos aspectos como:

- Valorar el aspecto individual de cada alumno tomando como referente la situación inicial y el trabajo diario.

- Determinar a través de las pruebas objetivas o subjetivas el nivel de conocimientos capacidades y destrezas alcanzado por los alumnos con relación a los objetivos planteados.
- Indicar las principales dificultades de los alumnos en la consecución de dichos objetivos.
- Informe-estudio por parte del departamento del grado de eficacia de la programación y aspectos metodológicos con vistas a la mejora constante de la enseñanza que se imparte.

Este departamento didáctico realizará una evaluación que constará de:

- **Evaluación inicial:** se pretende medir la aptitud y nivel general de los alumnos con relación a la materia

- **Evaluación continua:** Se realizaran durante el curso una serie de controles, seguimientos, anotaciones, test, etc... para conocimiento de las variaciones objetivas que puedan darse en los alumnos tanto a nivel de conocimientos y procedimientos como de actitudes.

## **7.1- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**

Se pueden evaluar muchos aspectos del dominio del comportamiento (cognoscitivo, motriz, afectivo), pero no debemos olvidarnos de la limitación del tiempo que sufre la Educación Física, lo cual obligará a seleccionar y jerarquizar los elementos que van a formar parte de la evaluación. Una evaluación en torno a los elementos de juicio que se van a exponer puede ser suficiente para satisfacer la motivación y el reto deseado.

## **BACHILLERATO**

### **1.- PARTE TEÓRICA. 30% de la nota. Realización de:**

- Trabajo teórico de forma individual o parejas en cada una de las evaluaciones. (calentamiento general y específico, funciones anatómicas de grupos musculares, efectos fisiológicos de las cualidades físicas básicas para la salud, sistemas de entrenamiento).
- Examen teórico tipo test de conceptos dados en clase o recogidos en los trabajos realizados.
- Ficha de autoevaluación.

### **2.- PARTE PRÁCTICA. 70%.**

- 20% para la evaluación de la práctica deportiva de cada trimestre(voleibol, fútbol, tenis).
- 20% para la evaluación de la condición física.
- 20% para los contenidos de expresión corporal.
- 10% para las actividades en el medio natural, incluyendo el cross de orientación en las inmediaciones del

**\*No se podrá aprobar la materia cuando un alumno decida no presentarse a un examen práctico o teórico o no realiza un trabajo sin justificante médico u oficial.**

## **12. - ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES**

### **1. AMAZONIA. (AVENTURA EN LOS ÁRBOLES); O SENDERISMO. (CALZADA ROMANA)**

FECHAS:

23 DE OCTUBRE(VIERNES) NIVEL EDUCATIVO: PRIMEROS DE BACHILLERATO

LUGAR: CERCEDILLA

HORARIO: 8.30- 14.30

### **2.- MULTIACTIVIDAD**

6,13,20,27 DE NOVIEMBRE PARA LOS CURSOS DE 3º DE LA E.S.O.

LUGAR: POLIDEPORTIVO NAVELCARBON

HORARIO: 8,30-14,30

### **3.- INICIACIÓN AL GOLF**

FECHAS: 14 Y 21 DE OCTUBRE (MIÉRCOLES)

NIVEL EDUCATIVO: TODOS,  
+ (ACTIVIDAD VOLUNTARIA)

LUGAR: NUEVO CLUB DE GOLF

MÁXIMO 30 ALUMNOS, SEGÚN ORDEN DE INSCRIPCIÓN Y CRITERIO DE CENTRO

HORARIO: 16,00-17,30

### **4.-SENDERISMO , PASEO A CABALLO/ ,**

FECHAS : 26 Y 27 DE OCTUBRE (JUEVES Y MARTES)

NIVEL EDUCATIVO: CUARTOS DE ESO

LUGAR : SEGOVIA(VALSAIN Y TORRECABALLEROS)

HORARIO: 8,30-15,00

### **5.-SEMANA BLANCA**

FECHAS: 14-19 DE DICIEMBRE. ( DOMINGO – VIERNES)

NIVELES EDUCATIVOS: PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO DE  
E. S. O.

+VOLUNTARIA

LUGAR: ANDORRA O FORMIGAL( PENDIENTE DE DECIDIR)

MÁXIMO 50 ALUMNOS

### **6.- DIA BLANCO, ESQUI ALPINO, SNOW-BOARD, SENDERISMO CON RAQUETAS Y ESQUI DE FONDO.**

FECHAS: (4,9,10,16,19) DE FEBRERO

NIVELES EDUCATIVOS: TODOS

LUGAR: PREFERENTEMENTE NAVACERRADA Y SOLO EN CASO DE NECESIDAD LOS 4º Y O 1º DE BACHILLERATO IRÍAN AVALDESQUI

HORARIO: 8,30-15,00

### **7.-INICIACIÓN HÍPICA**

FECHA: 10 Y 17 MARZO (MIÉRCOLES)

NIVELES EDUCATIVOS: PRIMERO SEGUNDO Y TERCERO DE LA ESO PREFERENTEMENTE

+ACTIVIDAD VOLUNTARIA

LUGAR: CENTRO HÍPICO LAS ROZAS

MÁXIMO 30 ALUMNOS, SEGÚN ORDEN DE INSCRIPCIÓN Y CRITERIO DE CENTRO

### **8.- PATINAJE SOBRE HIELO**

FECHA: 23 DE MARZO (MARTES)

NIVEL EDUCATIVO: PRIMEROS Y SEGUNDOS DE E. S. O.

LUGAR: PALACIO DE HIELO DE MAJADAHONDA

HORARIO: 9,20-14,00

### **9.- AMAZONIA Y SENDERISMO**

FECHA:12 MAYO (MIERCOLES)

NIVEL EDUCATIVO: 1º DE ESO

LUGAR CERCEDILLA

HORARIO: 9.20-17.30

### **10.-BAILES DE SALÓN .**

Actividad voluntaria para alumnos y profesores del centro en los recreos de lunes y jueves, los responsables de esta actividad son Alberto Gonzalez Profesor de matematicas y Aurora Muro.

**11.-PIRAGUISMO Y SENDERISMO (HOCES DEL RÍO DURATON) Y/O WINDSURF EN ATAZAR**

FECHAS: MAYO

NIVEL EDUCATIVO: 3º ESO Y 4º DE E.S.O

**12.- PIRAGÜISMO, TIRO CON ARCO, MINIGOLF, VOLEY PLAYA, PASEO A CABALLO Y ORIENTACIÓN**

FECHAS: 27 MAYO

NIVEL EDUCATIVO: SEGUNDO DE E. S. O

LUGAR: EMBALSE DE PICADAS. SAN MARTÍN DE VALDEIGLESIAS  
FUNDACIÓN RECREO

**13.- EXISTE LA POSIBILIDAD DE REALIZAR UNA ACTIVIDAD DE CONCIENCIACIÓN PARA LA INTEGRACIÓN DE LOS ACNEES CON LA COLABORACIÓN DE LA FUNDACIÓN TAMBIÉN O FAMA**

**14.-IMDER (ATLETISMO,NATACIÓN,BADMINTON)**

Días de entrenamiento lunes y miércoles , horario y lugar de atletismo será en el centro después de la jornada escolar.La natación en entremontes de 4,30 a 5,30.El badminton esta por confirmar todavía.

**15 EI 24 DE MARZO,MIERCOLES DÍA DE SENDERISMO O ESQUI**

NIVEL EDUCATIVO: ALUMNOS DE IMDER HAYAN CUMPLIDO CON LOS REQUISITOS ESTABLECIDOS POR EL DEPARTAMENTO(PAPELES ENTREGADOS EN LA FECHA ACORDADA DEBIDAMENTE CUMPLIMENTADOS, REGULARIDAD EN LA ASISTENCIA A LOS ENTRENAMIENTOS Y/O COMPETICIÓN).

HORARIO: 11,00- 21,00

|             |                                |                     |                     |                      |                     |
|-------------|--------------------------------|---------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
| 8:30-9:20   | 2°ESOB<br>Alberto              | 2°ESOC<br>ALBERTO   | LIBRE               | 1°ESOD<br>Alberto    | 1°BTOA<br>Aurora    |
| 9:20-10:10  | 4°ESO-C<br>aurora              | 2° eso D<br>Alberto | 1°BTO-C A<br>Aurora | 1°ESO-C<br>Alberto   | 3° eso-C<br>Domingo |
| 10:10-10:30 | RECREO<br>Salsa-<br>Avanzado   | RECREO              | RECREO              | RECREO               | RECREO              |
| 10:30-11:20 | 4°eso B<br>Aurora              | 1°bto A<br>Aurora   | 2°ESO-A<br>Alberto  | LIBRE                | LIBRE               |
| 11:20-12:10 | 3°ESO-A<br>Domingo             | LIBRE               | 3°ESO-A<br>Domingo  | LIBRE                | 3° ESO D<br>Domingo |
| 12:10-12:30 | RECREO<br>Salsa-<br>iniciación | RECREO              | RECREO              | RECREO<br>Sevillanas | RECREO              |
| 12:30-13:20 | 4°ESO-A<br>Aurora              | LIBRE               | 3° ESO C<br>Domingo | 1° BTO B<br>Aurora   | 3°ESO-B<br>Domingo  |
| 13:20-14:10 | 4°ESO-D<br>Aurora              | 1°ESO-A<br>Alberto  | 1° BTO B<br>Aurora  | 2°ESO-C<br>Alberto   | 2°ESO-D<br>Alberto  |

### **13.-HORARIO DE OCUPACION DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS**