

PLANIFICACIÓN "DÍA CON PISCINA" CAMPUS C.B. ZONA PRESS

1. Programación Tipo: Horarios y Actividades.

ATENEA		HORARIO TIPO DÍA CON PISCINA		VELÓDROMO		HORARIO TIPO DÍA CON PISCINA	
HORARIO			ACTIVIDAD	HORARIO			ACTIVIDAD
9:30-10:30			PEQUEBASKET	9:30-10:15			BALONCESTO (TEC. Y TAC. INDIVIDUAL)
10:30-10:45			RUTINA HIGIENE+BUS	10:15-11:00			BALONCESTO (TAC. COLECTIVA)
10:45-12:00			PISCINA	11:00-11:15			ALMUERZO+BUS
12:00-12:30			BUS+ALMUERZO	11:15-12:30			PISCINA
12:30-13:15			PEQUEDEPORTE	12:30-13:00			BUS+RECREO
13:15-14:00			MANUALIDAD/DINÁMICA GRUPO	13:00-14:00			DINÁMICA GRUPO
14:00			SALIDA ALUMNOS CON COMEDOR	14:00			SALIDA ALUMNOS CON COMEDOR
			SALIDA ALUMNOS SIN COMEDOR				

2. Bloques de contenidos-actividades:

PEQUEDEPORTE: Trabajo de las áreas psicomotrices enfocadas a diferentes deportes (balonmano, tenis, hockey, etc.)

Áreas: Percepción espacial y temporal (mi cuerpo y lateralidad), habilidades coordinativas básicas (coordinación y equilibrio), habilidades y destrezas básicas, juegos psicomotrices (populares y tradicionales) y expresión corporal: imitación, observación y ritmos.

PEQUEBASKET: Trabajo de las áreas psicomotrices enfocadas al baloncesto. Fundamentos básicos (bote estático y desplazamientos, pases y recepciones, tiro o lanzamiento a canasta) + concepto ataque y defensa.

Manualidades: Actividades-talleres con propuestas orientadas a el desarrollo de la motricidad fina, la creatividad, la experimentación, la expresión, etc.

Dinámicas de grupo: Procesos de interacción entre alumnos mediante situaciones ficticias, planteadas con objetivos concretos. Dinámica de autoestima, valores, inteligencia emocional, resolución de conflictos, etc.).

Preparación física: Rutinas de calentamiento y estiramiento. Trabajo en circuito de lateralidad, propiocepción, equilibrio, coordinación y flexibilidad.

Baloncesto: Entrenamientos de fundamentos técnicos y tácticos, individuales y colectivos. Fomentar a través de su práctica la autoconfianza, la gestión de emociones, la concentración y la toma de decisión.

3. Actividad Piscina:

L-X: Grupos Impares. M-J: Grupos Pares.

Alumnos Instalación Atenea: 10:45 - 12:00 h.

Alumnos Instalación Velódromo: 11:15 – 12:30 h.

4. Horario y rutinas de comedor:

HORARIO	RUTINAS Y ACTIVIDADES COMEDOR	PAB. VELÓDROMO			ATENEA
		PISTA 1	PISTA 2	PISTA 3	PISTA 4
14:00-15:00	TRASLADO+COMIDA				
15:00-15:30	TRASLADO+RUTINA HIGIENE				
15:30-16:00	COMPETI BASKET / PEQUEDEPORTE	5, 6, 7, 8	9, 10, 11, 12	13, 14, 15, 16	1, 2, 3, 4
16:00-17:00	SALIDA ALUMNOS: Juegos y dinámicas de organización flexible				