

PLANIFICACIÓN “DÍA SIN PISCINA” CAMPUS C.B. ZONA PRESS

1. Programación Tipo: Horarios y Actividades.

ATENEA		HORARIO TIPO DIA SIN PISCINA		VELÓDROMO		HORARIO TIPO DIA SIN PISCINA	
HORARIO		ACTIVIDAD		HORARIO		ACTIVIDAD	
9:30-10:30		MANUALIDAD-TALLER		9:30-10:15		FUN IN ENGLISH	
10:30-11:15		PEQUEBASKET		10:15-11:00		BALONCESTO (TEC. Y TAC. INDIVIDUAL)	
11:15-12:00		FUN IN ENGLISH		11:00-11:15		RECREO	
12:00-12:30		RECREO		11:15-12:00		BALONCESTO (TAC. COLECTIVA)	
12:30-13:15		PEQUEDEPORTE		12:00-12:45		PREPARACIÓN FÍSICA	
13:15-14:00		DINÁMICA GRUPO		12:45-13:00		RECREO	
14:00		SALIDA ALUMNOS CON COMEDOR		13:00-14:00		DINÁMICA DE GRUPO	
		SALIDA ALUMNOS SIN COMEDOR		14:00		SALIDA ALUMNOS CON 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.

FUN IN ENGLISH: Sesiones impartidas por profesores nativos. Trabajo de vocabulario por medio de la interacción con los compañeros, a través del juego. Metodología de carácter lúdico y dinámico.

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