



# IES DISTRICTE MARÍTIM

**PROJECTE  
ESPORTIU  
DE CENTRE 2021-22**



**GENERALITAT  
VALENCIANA**

Conselleria d'Educació,  
Cultura i Esport

Av. Balears, 62  
46023 València  
Tel. 96 120 62 00  
[46015708@gva.es](mailto:46015708@gva.es)

**PROYECTO DE DEPORTE, ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD (PEAFS) CURSO 21-22**

Centro educativo	IES.DISTRICTE MARÍTIM	Código centro	46018708	CIF	Q-965523-J
Director/a del centro	MARÍA JOSÉ MARTÍNEZ SUÁREZ		Titular del centro (concertado)		
Coordinador/a PEAFS	PABLO ALBERTOS MARTÍNEZ		Relación con el centro		PROFESOR FUNCIONARIO CON DESTINO DEFINITIVO
Correo y teléf. Director/a	961206200		Correo y teléf. Coordinador/a PEAFS		<a href="mailto:p.albertos@edu.gva.es">p.albertos@edu.gva.es</a> 961206200

- 1. JUSTIFICACIÓN DEL PEAFS**
- 2. OBJETIVOS DEL PEAFS**
- 3. METODOLOGÍA, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL PEAFS**
- 4. ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES PROMOVIDAS POR EL CENTRO**
- 5. ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS ESPECIALES EN HORARIO LECTIVO ORGANIZADAS POR EL CENTRO**
- 6. ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DE HÁBITOS SALUDABLES Y EDUCACIÓN EN VALORES PROMOVIDAS POR EL CENTRO**
- 7. NÚMERO DE ALUMNADO PARTICIPANTE EN EL PEAFS.**
- 8. CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO**
- 9. PARTICIPACIÓN EN PEAFS DE PROFESORADO DEL CENTRO**
- 10. PARTICIPACIÓN EN PEAFS DE PERSONAL EXTERNO AL CENTRO**
- 11. ACCIONES CONCRETAS DESTINADAS A LA FORMACIÓN DEL PERSONAL TÉCNICO DEPORTIVO Y LA COORDINACIÓN DE PEAFS**
- 12. MEDIOS DE DIFUSIÓN DEL PEAFS**
- 13. RELACIÓN CON OTRAS ENTIDADES DEL ENTORNO PRÓXIMO EN EL DESARROLLO DEL PEAFS**
- 14. PARTICIPACIÓN EN JOCS ESPORTIUS DE LA C.V. Y/O EN CAMPAÑA DE ACTIVIDADES NÁUTICAS "A LA MAR" DE LA GENERALITAT**
- 15. PRESUPUESTO DE INGRESOS-GASTOS**

## 1. JUSTIFICACIÓN DEL PEAFS

La pràctica esportiva quotidiana com a ocupació d'un temps d'oci, cada dia més creixent en la societat en la qual vivim, es troba, no obstant, molt lluny del nivell d'altres països de la CEE. Sense anar mes lluny, segons l'Anuari d'Estadística Deportiva de l'any 2019 (MINISTERIO DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTE, maig 2017), la Comunitat Valenciana es troba per darrere d'altres comunitats com ara Madrid, Navarra, Catalunya o Balears en quant al nombre de persones que practiquen esport setmanalment, amb un 47% total (51,7% homes i 42,6 % dones).

Aquestes pràctiques tenen una influència considerable en la configuració d'estils de vida i grupals, en els quals la preocupació pel cos ha assolit un tret primordial. Mentre que l'oci propi de la modernitat, encara dominant en la societat espanyola fins als anys 90, estava vinculat a la salut corporal i la forma física, en l'actual etapa post-moderna el temps d'oci prioritza l'adquisició d'una imatge i d'una aparença física diferenciada. (García Ferrando, 2010)

No obstant aquest context, amb el foment de la pràctica regular d'activitats físic-esportives, l'IES Districte Marítim pretén aportar a la població adolescent múltiples beneficis per a la seua salut, entre els quals destaquen una millor salut òssia i una millora de la condició física i cardiovascular, aspectes clau per a la prevenció de l'obesitat. Però aquesta finalitat, tanmateix, és coherent amb la voluntat de configurar entre el nostre alumnat un estil de vida post-modern, on l'ocupació del seu temps d'oci comporte no sols la preocupació pel seu cos, sino també per la seua salut i per l'establiment de relacions socials saludables.

Perquè aquests beneficis es facen efectius, s'ha recomanat que la gent jove realitze almenys 60 minuts d'activitat física d'intensitat moderada a vigorosa, la majoria dels dies de la setmana (CSD, 2011). S'ha trobat que al voltant del 54% dels xics i solament el 31% de les xiques en edat escolar compleix amb aquestes recomanacions d'activitat física, dades que tenim molt em compte a l'hora de plantejar el nostre projecte esportiu de centre, que s'orienta fonamentalment a oferir, , especialment entre les xiques, un ampli bagatge de recursos i tècniques relacionats amb l'àmbit de l'activitat física, recreativa i de l'esport, per al posterior desenvolupament personal i humà del nostre alumnat.

Des del nostre punt de vista, la relació amb la pràctica d'Activitat Física i esportiva establida a partir d'aquest projecte tindrà una doble orientació en el seu procés orientatiu: en primer lloc, la millora directa de la salut, a través del foment d'aspectes positius com són la pràctica habitual i coherent d'exercici físic, recreatiu i esportiu, i de l'adopció de canvis en hàbits tan bàsics com l'alimentació, però també amb la presa de consciència d'altres aspectes negatius o perjudicials implícits a les conductes i actituds hipocinètiques nocives. En segon lloc, l'intent de proposar i integrar alternatives motrius per a un gaudiment actiu del temps d'oci, amb l'adopció d'estils de vida que compensen l'habitual sedentarisme.

Les intencions d'aquest projecte són:

- 1 Enfocar l'esport des de l'àmbit educatiu i recreatiu, i no des del competitiu
- 2 Perseguir l'autonomia de l'alumnat dins l'àmbit esportiu i d'ocupació del temps d'oci
- 3 Desenvolupar la competència motriu, amb l'intenció de produir resultats gratificants que fomenten l'increment de la pràctica
- 4 Reforçar el tractament d'aspectes actitudinals i la formació de valors
- 5 Integrar multitud de funcions (comunicativa i de relació, expressiva, catàrtica i hedonista, higiènica, de compensació, agonista)
- 6 Fomentar una actitud reflexiva i crítica al voltant dels principals trets de l'activitat física dins del món actual
- 7 El nostre OBJECTIU ÚLTIM és la creació d'hàbits estables, vitalicis i saludables d'exercici en l'alumnat. Cerquem fomentar la SALUT de l'alumnat al temps que FER D'ELLS i d'elles LES MILLORES PERSONES POSSIBLES.

En definitiva, pretenem dinamitzar la vida esportiva del nostre centre, convertint-nos en un centre promotor de l'activitat física i de l'esport.

## 2. OBJETIVOS DEL PEAFS

Per a establir els objectius del projecte, partim de les competències bàsiques establides en el Marc Nacional per a l'Activitat Física i l'Esport en Edat Escolar:

- A. Usar interactivament els llenguatges (corporal, verbal, musical, tecnològic, etc.)
- B. Conviure en grups heterogenis mostrant responsabilitat personal, capacitat de relacionar-se, cooperar i resoldre conflictes.
- C. Actuar de forma autònoma per a conduir projectes personals, en particular la gestió de la pròpia activitat física al llarg de la vida.
- D. Les competències pròpies de l'activitat física i l'esport són:
- E. Utilitzar amb eficàcia les habilitats motrius per a practicar una varietat d'activitats físiques i esportives.
- F. Aplicar el coneixement i la comprensió de conceptes, principis i estratègies, relacionats amb la motricitat, per a l'aprenentatge i millora de les habilitats
- G. necessàries per al desenvolupament de les activitats físiques i esportives.
- H. Valorar els efectes de l'activitat física per a la salut, el benestar, l'expressivitat del cos i la comunicació interpersonal.
- I. Gaudir de les activitats físiques i esportives com a manifestacions culturals i/o artístiques, tant en la funció de practicant com d'espectador

### **3. METODOLOGÍA, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL PEAFS**

Les estratègies d'aquest Projecte Esportiu de Centre per a la promoció d'hàbits saludables, són:

1. L'augment de la varietat d'activitats proposades perquè l'alumnat trobe, d'entre totes, la que més s'ajuste a les seues necessitats i interessos.
2. L'establiment d'estratègies inclusives, aplicades a qualsevol activitat. L'oferta d'activitats esportives amb alumnat amb necessitats especials i amb diverses capacitats.
3. L'especial consideració d'activitats que impliquen a un gran nombre de practicants.
4. La continuïtat i regularitat de les propostes: les activitats continuades són les protagonistes de l'oferta perquè garanteixen una pràctica regular que, juntament amb les dues hores setmanals d'Educació Física obligatòria, fan possible arribar a les tres o quatre hores setmanals de pràctica d'activitat física-esportiva.
5. L'atenció especial als programes específics de dinamització d'activitat física i esport entre les xiquetes i xiques adolescents.
6. El plantejament d'activitats puntuals o esporàdiques, com a una excel·lent oportunitat per a atraure a nous practicants i donar-los una oportunitat de provar noves experiències esportives, però també per a fidelitzar a aquell alumnat que normalment ja realitza activitat física habitualment.
7. L'establiment de relacions fluides amb altres entitats públiques i privades que treballen pel foment de la pràctica de l'activitat física i esportiva, especialment aquelles pròpies de l'entorn més pròxim.
8. L'elaboració d'una oferta d'activitats complementàries que expose no només l'oferta pròpia del centre, sinó també les possibilitats de pràctica esportiva en col·laboració amb els agents esportius pròxims i d'altres entitats de l'entorn i del teixit associatiu més proper: clubs, associacions esportives, instal·lacions esportives municipals, altres centres escolars, etc.

#### **Propostes en horari escolar:**

- La Presentació del projecte interdisciplinar d'innovació educativa: Patis Inclusius
- La Inclusió d'activitats específiques dins el marc del Pla d'Acció Tutorial (Primers Auxilis i RCP, Cursa Solidària i dinàmiques per a treballar la cohesió del grup-classe, per a aprendre a treballar en equip i a resoldre conflictes, etc.) per mitjà de l'activitat física i de l'esport.
- El foment, dins els límits raonables, de l'ús del transport públic, l'ús de la bicicleta i el caminar en les eixides o excursions que s'organitzen en el centre.
- La celebració de dies internacionals, Certs dies a l'any, com el dia internacional de la dona, el dia de l'activitat física i de l'esport, el dia
- La organització d'una Jornada Cultural per a tot el centre on les activitats expresives, artístiques, recreatives i esportives són les protagonistes.

- La proposta d'activitats complementàries esportives, anuals i puntuals, a través dels anomenats patis actius.
- La realització d'activitats esportives en el mitjà natural.

**Propostes en horari extraescolar:**

- Activitats esportives per a les famílies i en família, en col·laboració amb l'AMPA.
- Lligues o competicions externes amb altres centres. Escola DE Pilota Valenciana, Escola de Futbol, Cursa Solidària Save the Children.
- Participació en esdeveniments esportius populars del municipi: Volta a Peu, Cursa de la Dona, Eikkiden, San Silvestre.
- Participació en les activitats de promoció esportiva impulsades pel Consell Valencià de l'Esport i per altres entitats esportives (ESCOLA MUNICIPAL DE VELA de València, Oceans Repúblik, Federació de Tennis de la CV, Federació de Padel de la CV, Estació d'Esquí de la Molina i Masella, Escola d'estiu RCN Delfín, etc).
- Rendibilització de l'ús social de les instal·lacions esportives i del material esportiu del centre educatiu entre l'Educació Física (en horari escolar) i les activitats físiques i esportives (en horari extraescolar) per mitjà de:
  - o L'Establiment de convenis amb altres institucions (municipi, clubs, associacions esportives, associacions culturals...)

**4. ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES PROMOVIDAS POR EL CENTRO**

Modalidad deportiva / actividad física	Duración (anual, etc.) /Fechas	Horarios	Instalación deportiva	Nº Chicos	Nº Chicas
1.-Semana Blanca	4 días de esquí 24 al 28 de enero	De 9 a 17 horas	Estación de esquí	70	70
2.-Futbito	Anual (martes y jueves)	De 16 a 18 horas	Pista polideportiva del centro	20	0
3.- Pelota valenciana	Anual (martes y jueves)	De 16 a 18 horas	Pabellón del centro	12	6
4.-Liga interna tenis de mesa	Anual en los patios	De 10:45 a 11:15 horas	Patio del centro	30	8
5.-Liga interna futbol sala	Anual en los patios	De 10:45 a 11:15 horas	Pista polideportiva del centro	70	15
6.-Liga 3x3 baloncesto	Anual en los patios	De 10:45 a 11:15 horas	Pista polideportiva del centro	25	18

7.- Patios Activos Inclusivos	Anual en los patios	De 10:45 a 11:15 horas	Patio y aulas	100	100
-------------------------------	---------------------	------------------------	---------------	-----	-----

Nº de horas totales de actividades físico-deportivas extraescolares: 505 horas

<b>5. ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS ESPECIALES EN HORARIO LECTIVO ORGANIZADAS POR EL CENTRO (no incluir las actividades ordinarias de la asignatura de E.F.)</b>					
Modalidad deportiva / actividad física	Duración/Fechas	Horarios	Instalación deportiva	Nº Chicos	Nº Chicas
1.-V Carrera Save The children	1 día 22 de diciembre	De 9 a 13 horas	Paseo Marítim	225	185
2.-Jornada en la playa	1 día (3er trimestre)	De 9 a 14 horas	Playa de la malvarrosa	58	70
3.-Senderismo en la Casella PNM	2 día (1er trimestre)	De 8 a 15 horas	Alzira	55	65
4.-Salida al Saler en bicicleta	1 día (por grupos 2º trimestre)	De 9 a 14 horas	Carril bici el Saler	78	60
5.-Escalada deportiva	1 día (1er trimestre)	De 9 a 14 horas	Jérica	45	12
6.-Rafting y paddle surf	1 día (1er trimestre)	De 8 a 17 horas	Venta del Moro	45	12
7.-Curso de montaña invernal	2 días (1 a 5 de marzo)	De 8 a 22 horas	Valdelinares	45	12
8.-Montañismo y BTT	2 días (3er trimestre)	De 8 a 22 horas	Penyagolosa	45	12
9.- Boccia	1 día (2º trimestre)	De 9 a 14 horas	En el instituto	50	50
10.- Actividades <i>COPAVA, AVAPACE, ASINDOWN</i>	1 día (2º trimestre)	De 9 a 14 horas	En el Instituto	55	65
11.- I Jornada intercentros FRIBISTON	1 día (3er trimestre)	De 9 a 14 horas	En el Instituto	130	124

N.º de horas totales de actividades físico-deportivas especiales en horario lectivo: 120 horas

**6. ACTIVIDADES ESPECIFICAS DE HÁBITOS SALUDABLES Y EDUCACIÓN EN VALORES PROMOVIDAS POR EL CENTRO  
(no incluir las actividades ordinarias de la asignatura de E.F.)**

Actividad hábitos saludables/ educación en valores	Duración/Fechas	Horarios	Instalación deportiva	Nº Chicos	Nº Chicas
1.-Pacios activos material préstamo 1º-2º ESO	De noviembre a mayo 2021	10:45 a 11:15	Patio y espacios en cubierto	130	124
2.- Introducción a la educación emocional y sexual. Taller Rosa Vicens (2º y 4º ESO)	De febrero a mayo 2021	1 sesión semanal hora de tutoría de cada grupo	aula	111	134
3.- Jornadas sensibilización accidentes tráfico y discapacidad	Diciembre de 2121	1 sesión semanal hora de tutoría alumnos de Bachillerato	aula	45	31
5.- Taller Dia contra el tabaco	Mayo de 2022	1 sesión semanal hora de tutoría alumnos de 3º ESO Y 4 ESO	aula	136	152

N.º de horas totales de actividades de hábitos saludables y educación en valores: **175**

<b>N.º DE HORAS TOTALES DEL PROYECTO</b>	<b>915</b>
--	------------

**7. NÚMERO DE ALUMNADO PARTICIPANTE EN EL PEAFS**

Número TOTAL de alumnado del centro QUE HA PARTICIPADO ( <b>contabilizar solo una vez cada persona, aunque participe en diferentes actividades</b> )	CHICOS	601	CHICAS	444	TOTAL 1045
Número total de alumnado MATRICULADO en el centro	CHICOS	601	CHICAS	444	TOTAL 1045



**8. CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNADO. Indicar la presencia de alumnado en situación social desfavorecida (centro CAES) y/o con necesidades educativas especiales y medidas para facilitar su participación en el PEAFS**

Alumno de ciclos formativos en silla de ruedas, en las actividades que participa tiene adaptación de los materiales y la colaboración de sus compañeros

**9. PARTICIPACIÓN EN PEAFS DE PROFESORADO DEL CENTRO. Indicar nombre y apellidos y titulación específica**

PERSONA / RELACIÓN CENTRO	TITULACIÓN ESPECÍFICA	ACTIVIDAD/TAREAS	HORAS
Celia Carrión Rubio / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Silvia Bañares Hernández / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Eduardo Chillarón García / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Alfonso González Cabarcos / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Cristina Mozo Ojeda / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Raquel Soriano Martínez / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Pablo Albertos Martínez / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
José Antonio Ruiz Sabido / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Reyes Elías Tirado / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Emilio Gracia Trencó / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Marta Sánchez / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Pedro de la Fuente Layos / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Laia Morillo Moscardo / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Jorge Sayol Sifre / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
José María Campos Coi / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Carlos García Baldoví / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	

Francesc Mahiques Prats / profesorado	Profesorado Educación Secundaria	Diversas Actividades	
Fernando Marsal Pesset / profesor especialista	Profesor especialista	Diversas Actividades	
José Pérez Lafont / profesor especialista	Profesor especialista	Diversas Actividades	

**10. PARTICIPACIÓN EN PEAFS DE PERSONAL EXTERNO AL CENTRO. Indicar nombre y apellidos y titulación específica**

PERSONA	TITULACIÓN ESPECÍFICA	ACTIVIDAD/TAREAS	HORAS
Federació Valenciana de Pilota Valenciana: Monitor/a	Monitor	Activitat extraescolar Pilota Valenciana	120
Equip de futbol	Monitor	Equips de futbol	120
Professor d'activitats hivernals de les estacions d'esquí de Masella, La Molina i Valdelinares	Monitor	Setmana d'esquí i Jornada d'esquí	9
Centre Ocupacional La Costera: David Soler i Jugadors/es de Boccia.	Monitor y deportistas	Introducció a la Boccia	5
AVSPW: Antonio Lorente i Laura	Monitores	Xerrades sobre la diversitat funcional	5
Club Bàdminton San Fernando: Juan Fernández	Entrenador	Equipo de Bàdminton	5

**11. ACCIONES CONCRETAS DESTINADAS A LA FORMACIÓN DEL PERSONAL TÉCNICO DEPORTIVO Y LA COORDINACIÓN DE PEAFS**

1.- Curso DESA (desfibrilación Semiautomática) para personal docente y PAS

**12. MEDIOS DE DIFUSIÓN DEL PEAFS. Concretar el medio, si procede, con su denominación, enlace online, adjuntando imagen, etc.**

MEDIO DE DIFUSIÓN	ENLACE ONLINE
1.- <a href="http://www.iesdistrictemaritim.com">www.iesdistrictemaritim.com</a>	<a href="http://IES DISTRICTE MARÍTIM – Institut d'Educació Secundària (gva.es)">IES DISTRICTE MARÍTIM – Institut d'Educació Secundària (gva.es)</a>

2.- Facebook	<a href="#">IES Districte Marítim - Inicio   Facebook</a>
3.- Instagram	<a href="#">IES Districte Marítim (@iesdistrictemaritim)</a> • Fotos y videos de Instagram

<b>13. RELACIÓN CON OTRAS ENTIDADES DEL ENTORNO PRÓXIMO EN EL DESARROLLO DEL PEAFS</b> <b>Ayuntamiento, AMPA, Clubes deportivos, asociaciones, empresas, etc. (no incluir entidades a las que se contratan actividades puntuales)</b>	
ENTIDAD	RELACIÓN/ACTIVIDAD
1.- AMPA	Promoción y colaboración
2.-AYUNTAMIENTO DE VALENCIA	Cesión de instalaciones deportivas para ciertas actividades (polideportivo de Nazaret y pistas atletismo del Río Turia)
3.- Federación Valenciana de Vela	Realización de curso y actividades de vela, piragua, surf.
4.-Club Bádminton San Fernando	Jornada iniciación al Bádminton para ESO, Bachillerato y Ciclos

<b>14. PARTICIPACIÓN EN JOCS ESPORTIUS DE LA C.V. Y/O EN CAMPAÑA DE ACTIVIDADES NÁUTICAS "A LA MAR" DE LA GENERALITAT</b> <b>(adjuntar hoja de inscripción en JECV o inscripción en Escoles de la Mar)</b>	
Número de alumnado que participa en los Jocs Esportius de la Comunitat Valenciana	NO
Número de alumnado que participa en la Campaña de Actividades Náuticas "A la Mar"	NO

**15. PRESUPUESTO DE INGRESOS-GASTOS (EN HOJA ADJUNTA)**

**DIRECTOR/A DEL CENTRO**  
**MARÍA JOSÉ SUAREZ MARTÍNEZ**

**COORDINADOR/A PEAFS DEL CENTRO**  
**PABLO ALBERTOS MARTÍNEZ**