



## **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES (EDUCACIÓN FÍSICA)**

### **FUERA DEL CENTRO:**

#### **👉 TOUR "HÁBITOS SALUDABLES" en MESTALLA**

**Consiste en:** participar en realizar un tour en el campo de Mestalla donde los alumnos aprenderán valores deportivos y solidarios, hábitos saludables y dieta mediterránea.

**Dirigida a:** 1º y 2º ESO

**Día:** por determinar (1ª evaluación).

**Precio:** por determinar.

#### **CARRERA SOLIDARIA (SAVE THE CHILDREN)**

**Consiste en:** participar en una carrera solidaria en beneficio de "Save the Children"

**Dirigida a:** Todos los cursos (participando o bien, organizando)

**Día:** por determinar.

**Precio:** donativo.

#### **MEMORIAL UJI**

**Consiste en:** participar en una carrera.

**Dirigida a:** 3º, 4º ESO y bachiller.

**Día:** por determinar (febrero).

**Precio:** coste autobús.

#### **👉SENDERISMO:**

**Consiste en:** realizar una ruta de senderismo con los objetivos de practicar actividad física, conocer las posibilidades del entorno y respetar el medio natural.

**Dirigida a:** ESO

**Día:** por determinar (2, 3ª evaluación).

**Precio:** por determinar.

### 🚣 **VIAJE A LA NIEVE/ VIAJE ACTIVIDADES NAÚTICAS:**

**Consiste en:** realizar un viaje (2-5 días) a una estación de esquí para practicar los deportes de esquí y snow. O bien, viaje a la escuela de vela en Burriana y realización de actividades náuticas

**Dirigida a:** 3º y 4º de la ESO

**Día:** por determinar (3ª evaluación).

**Precio:** por determinar.

### 🚣 **DÍA EN VALDELINARES:**

**Consiste en:** Conocer y practicar los deportes de esquí y snow en la estación de Valdelinares con el objetivo de familiarizarse con estos deportes y respetar el medio natural.

**Dirigida a:** 1º y 2º de la ESO

**Día:** por determinar (2ª evaluación).

**Precio:** por determinar.

### 🚣 **DÍA ACTIVIDADES NAÚTICAS / DEPORTES EN LA PLAYA:**

**Consiste en:**

- Practicar durante 1 día deportes náuticos como la vela y la piragua en la escuela de mar de Benicassim / Burriana.
- Practicar deportes en la playa: voleibol, béisbol, básquet, rugby...

**Dirigida a:** 1º bachiller / 1º y 2º ESO (en caso de no realizar salida a Valdelinares)

**Día:** por determinar (3ª evaluación).

**Precio:** por determinar.

### 🚣 **BTT Y PIRAGÜISMO EN EL DELTA DEL EBRO**

**Consiste en:** practicar las actividades físicas de btt y piragua en la zona del Delta del Ebro

**Dirigida a:** 3º, 4º ESO y 1º Bachiller

**Día:** por determinar (2 -3ª evaluación).

**Precio:** por determinar.

## **EN EL CENTRO:**

### **🐨 KANGAROO JUMP + FREESTYLER**

**Consiste en:** realizar una clase de Kangaroo jump (botas saltarinas) en el centro y otra de freestyler trabajando con gomas elásticas y música

**Día:** por determinar

**Dirigida a:** 1º, 2º, 3º, 4º de la ESO y 1º de Bachiller

**Precio:** alquiler de las botas + tabla de freestyler. Por determinar.

### **🐨 DEPORTE ADAPTADO: GOALBALL, BOCCIA Y BASKET EN SILLA DE RUEDAS**

**Consiste en:** realizar una sesión teórica sobre la discapacidad y los deportes adaptados y una sesión práctica donde los alumnos practicasen junto a monitores de la asociación COCEMFE de Vinarós los deportes adaptados de goalball, boccia y baloncesto en silla de ruedas.

**Día:** por determinar

**Dirigida a:** 3º ESO, 4º ESO y 1º de Bachiller

**Precio:** alquiler de las sillas.

### **🐨 CHARLAS DE FORMACIÓN:**

- **1ºS AUXILIOS (cruz roja):** cursos por determinar.
- **NUTRICION DEPORTIVA:** cursos por determinar.
- **LESIONES Y HERIDAS (cruz roja):** cursos por determinar.
- ...