



AJUNTAMENT de LA NUCÍA

LA NUCÍA FRENTE AL SEDENTARISMO EN EDAD ESCOLAR



PROYECTO

El Ayuntamiento de La Nucía, mediante las Concejalías de Educación y Deporte, tiene como objetivo el promover un estilo de vida saludable entre todos sus ciudadanos, especialmente entre la población más joven para poder prevenir el sedentarismo en edad escolar.

Para ello, se está ofreciendo a los centros escolares del municipio diferentes actividades que se realizan gratuitamente y en horario escolar.

El objetivo principal es la promoción de la actividad física de una forma lúdica e integral a través de actividades en las que los niños/as y jóvenes escolares puedan disfrutar en un entorno ideal para el desarrollo de capacidades, valores y actitudes que incidan en una práctica de actividad física saludable y educativa.

Este proyecto está orientado a incrementar las posibilidades de disfrutar de experiencias significativas en la práctica de actividades físicas en un contexto externo al propio centro escolar, de manera que los escolares del municipio desarrollarán valores y actitudes favorables que en otros ámbitos y contextos no poseen la misma relevancia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Disminuir el número de sedentarismo en los escolares.
- Mejorar las capacidades cognitivas y motrices de los alumnos de los centros escolares del municipio.
- Aumentar el desarrollo de las capacidades de equilibrio personal y de relación e inserción social del alumno.
- Ayudar al alumno a desarrollar hábitos de vida de forma saludable.
- Facilitar una relación entre alumnos menos marcada por la obligatoriedad y rigidez de las actividades lectivas.
- Dar a conocer a la población escolar el entorno que nos rodea, a través de visitas socioculturales, educativas y deportivas.
- Disminuir el número de casos de obesidad tanto infantil como adulta.

El Ayuntamiento de La Nucía **pone al servicio de los centros educativos** el personal necesario (monitores, técnicos de área y coordinadores) para llevar a cabo el proyecto durante el curso escolar, a través de talleres prácticos, unidades didácticas, excursiones guiadas... Añadiendo también todo el material necesario para realizar todo tipo de actividades deportivas (palas, bicicletas, balones, etc.); servicio de bus gratuito cuando es necesario debido al tipo de actividad y edad de los alumnos... Todo ello de forma gratuita y utilizando una metodología lúdica y recreativa, pero al mismo tiempo significativa en cuanto al aprendizaje y práctica de actividad física y estilo de vida saludable se refiere.

Con esta metodología se habilita el acceso al deporte en edades bien tempranas, dándoles a conocer múltiples disciplinas deportivas con el apoyo de monitores especializados y titulados de las más de 35 modalidades deportivas que pueden practicar en La Nucía.



ACTIVIDADES OFERTADAS A LOS CENTROS ESCOLARES

1. VISITAS A LA CIUDAD DEPORTIVA

Los alumnos de 1º y 2º de Primaria visitan las instalaciones de la Ciudad Deportiva Camilo Cano para experimentar con materiales y juegos de forma lúdica.

2. DÍA DE JUEGOS LÚDICOS

Consiste en realizar una jornada de actividad física en la Ciudad Deportiva a través de juegos de carácter lúdico donde los alumnos cooperan y colaboran entre sí para conseguir objetivos. Destinado a alumnos de infantil, primaria y secundaria.

3. JORNADA DE JUEGOS ALTERNATIVOS

Jornada realizada en la Ciudad Deportiva donde los alumnos interactúan entre ellos a través de juegos en los que se usa todo tipo de material alternativo y cuyo objetivo principal es el desarrollo y mejora de la psicomotricidad y el trabajo en equipo. Destinado a alumnos de infantil y primaria.

4. PARQUE MULTIAVENTURA

Los alumnos de primaria disfrutan de una jornada en el parque de aventuras de La Nucía. Los alumnos practican escalada, tirolinas etc... fomentando el ocio de forma saludable y el respeto por el medio ambiente al incluir también una visita al Ecoparque, donde realizan unidades didácticas para promover el reciclaje. Destinado a alumnos de 2º ciclo de primaria y secundaria.

5. EDUCACIÓN VIAL

Programa de prevención y educación vial tanto en aula como en circuito, donde se utilizan bicicletas y cascos. Se trata de un programa educativo de prevención y seguridad vial cuya finalidad es fomentar estos valores con la colaboración de la Policía Local de La Nucía. Destinado a alumnos de primaria.

6. RUTA DEL AGUA

Consiste en realizar un recorrido ambiental pasando por la llamada "ruta del agua" que envuelve nuestro municipio y donde los niños se enriquecen recibiendo todo tipo de información en cuanto a fauna, flora, geología e hidrología que se encuentran a lo largo de la ruta, además de los puntos más emblemáticos del municipio. Destinados a alumnos de infantil y primaria.

7. VISITA AL CEM (CENTRO MEDIOAMBIENTAL DE LA NUCÍA)

En esta actividad los alumnos podrán realizar una ruta sencilla cuyo objetivo es disfrutar de una jornada de senderismo al mismo tiempo que aprenden sobre la fauna y flora endémica. Destinada a alumnos de infantil y primaria.

8. VISITA AL MUSEO ETNOLÓGICO JOSÉ SOLER

Situado en la zona del Captivador de La Nucía, donde los alumnos, junto con voluntarios de la tercera edad de La Casilla, realizan una ruta conjunta, compartiendo experiencias. En el Museo aprenden valores de respeto y cuidado del entorno, así como la observación de formas de vida rupestre. Destinado a alumnos de secundaria.

9. VISITA AL CASCO ANTIGUO

Visita al maravilloso casco antiguo del municipio donde conocen su historia, tradiciones y costumbres. Como en el resto de actividades, con la realización de una unidad didáctica. Destinado a alumnos de primaria.

10. TALLERES PAC (PROGRAMA DE AULA COMPARTIDA)

La Concejalía de Educación y Deportes, en colaboración con el IES La Nucía, realiza talleres y actividades deportivas orientados a los alumnos que presentan dificultades de adaptación al medio escolar y al entorno educativo, con el objetivo de orientar a estos alumnos hacia valores como el deporte en equipo, la solidaridad y los hábitos saludables.

11. TALLERES/CHARLAS SALUDABLES

El Ayuntamiento de La Nucía con la colaboración de la Clínica Benidorm ofrece todo tipo de talleres y charlas con el fin de que los asistentes tengan conciencia y buenas conductas hacia la nutrición, obesidad, hipertensión, todo tipo de práctica deportiva... este tipo de actividades se realizan tanto en los centros escolares como en la Ciudad Deportiva Camilo Cano. Orientado a todas las etapas educativas.

12. PRUEBAS Y VALORACIONES FÍSICAS CON LA UNIVERSIDAD DE ALICANTE

Gracias a la colaboración conjunta del Ayuntamiento con la Universidad de Alicante, los alumnos y docentes escolares pueden someterse a pruebas y valoraciones tanto físicas como médicas tales como antropometría, valoración de capacidades físicas básicas, estudios biomecánicos, consultoría de nutrición etc... La finalidad de esta jornada es que todos los alumnos y docentes comprueben su estado de forma y valoración en cuanto a resistencia, flexibilidad, fuerza, apoyo plantar... Orientado a todas las etapas educativas.

ENCUESTA

El Ayuntamiento de La Nucía, a través de su Concejalía de Educación y con la colaboración de los centros escolares, realiza la siguiente encuesta físico-deportiva, con carácter anónimo, cuya finalidad principal es saber si los niños tienen hábitos deportivos habitualmente, centrándose en sus motivaciones y preferencias.

Centro: _____ Curso: _____ Fecha de nacimiento: _____

Chico: Chica: Altura: _____ Peso: _____

ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES

01

¿Practicas alguna actividad física-deportiva extraescolar?

SI: Responde sólo hasta la pregunta N° 8 NO: Pasa directamente a la pregunta N° 9

02

¿Cuáles son las actividades físico-deportivas extraescolares que practicas?

Fútbol Baloncesto Voleibol Natación G. Rítmica Otras _____

03

¿Por qué motivos practicas estas actividades? (Máximo 2 respuestas)

Para divertirme y pasar el tiempo con amigos sin preocuparme por competir Para mejorar mi salud
 Para competir en ligas locales o provinciales Otra finalidad: _____

04

¿Cómo realizas estas actividades?

Por libre En algún club / equipo / clase

05

¿Dónde realizas estas actividades? (Respuesta múltiple)

En el instituto / colegio En la pista polideportiva de mi urbanización
 En la Ciudad Deportiva Camilo Cano Otro lugar: _____

06

¿Cuántos días a la semana practicas estas actividades?

1 día 2 días + 3 días

07

En tu entorno más cercano, ¿quién practica actividad físico-deportiva? (Respuesta múltiple)

Mis padres Mis hermanos/as Mis amigos/as
 Nadie Otros: _____

08

¿En qué OTRAS actividades físico-deportivas te gustaría participar en tu tiempo libre? Marca con un círculo las actividades / deportes que te gustaría realizar.

Colectivos: Fútbol · Fútbol Sala · Baloncesto · Voley · Otro: _____
 Individuales: Artes Marciales · Atletismo · Ciclismo · Natación · Ajedrez · Trial · Muay Thai · Otro: _____
 Raqueta: Pádel · Squash · Tenis · Frontón · Otro: _____
 Expresión corporal: Danza · Baile deportivo · Gimnasia Rítmica · Danza aérea · Otro: _____
 Medio natural: Escalada · Senderismo · Juegos de rol · Otro: _____

09

¿Por qué motivos no practicas actividades físico-deportivas en tu tiempo libre?

Por problemas económicos Por falta de motivación Por problemas de salud
 No encuentro actividades que me motiven Otras: _____

10

¿En qué actividades físico-deportivas te gustaría participar en tu tiempo libre? Marca con un círculo las actividades que te gustaría realizar:

Colectivos: Fútbol · Fútbol Sala · Baloncesto · Voley · Otro: _____
 Individuales: Artes Marciales · Atletismo · Ciclismo · Natación · Ajedrez · Trial · Muay Thai · Otro: _____
 Raqueta: Pádel · Squash · Tenis · Frontón · Otro: _____
 Expresión corporal: Danza · Baile deportivo · Gimnasia Rítmica · Danza aérea · Otro: _____
 Medio natural: Escalada · Senderismo · Juegos de rol · Otro: _____

11

¿Por qué motivos te gustaría realizar estas actividades?

Para divertirme y pasar el tiempo con amigos sin preocuparme por competir Para mejorar mi salud
 Para competir en ligas locales o provinciales Otra finalidad: _____

12

¿Con quién te gustaría realizar estas actividades?

Con un grupo de amigos/as Con alguien de mi familia Solo/a
 Depende, solo o en grupo Otras: _____

13

¿Cuántos días a la semana te gustaría realizarlas?

1 día 2 días + 3 días

14

¿Piensas que hace falta algún deporte o instalación en la Ciudad Deportiva Camilo Cano?

No
 Si. ¿Cuál? _____

Cumplimentar: General / Tod@s L@s que marquen Si L@s que marquen No



LA NUCÍA



AJUNTAMENT de LA NUCIA
Regidoria d'Educació i Esports

Desde la Concejalía de Deportes y Educación del Ayuntamiento de La Nucía queremos informarles que estamos a su disposición para tratar cualquier tipo de duda o sugerencia a nivel personal con el fin de facilitar el servicio a todos los interesados.

Ciudad Deportiva Camilo Cano

Tel. 96 689 65 64

polideportivo@lanucia.es

educacion@lanucia.es

www.ciudaddeportivacamilocano.com

