



RECREOS ACTIVOS

Desde el departamento de Educación Física, proponemos para el curso escolar 2023-2024 desarrollar el proyecto **Recreos Activos**.

Este proyecto tiene por finalidad el promover la actividad física durante el tiempo libre de nuestros alumnos, tanto durante el horario escolar como en su tiempo de ocio.

Según el **PLAN ESTRATÉGICO NACIONAL PARA LA REDUCCIÓN DE LA OBESIDAD INFANTIL (2022-2030)**, el 80% de los adolescentes con sobrepeso tendrán obesidad cuando sean adultos. Según el **Doctor Ortega (OMS)** dos de las causas más comunes que conllevan a la mortalidad en los países desarrollados son el cáncer y las paradas cardíacas, ambas enfermedades tienen una relación directa con la obesidad.

Como posible herramienta de prevención, pondremos en práctica el proyecto recreos activos, justificando según el (**Art 7 objetivos de etapa. Real Decreto 217/2022 del 29 de MARZO por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria**) con el **K)** *“Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social”*. En el **artículo 6 principios pedagógicos** con el 5 propone **trabajar de manera transversal la educación para la salud**. O siguiendo los **elementos curriculares** del área de educación física que aparecen en el [Decreto 39 y 40 /2022 DEL 29 DE SEPTIEMBRE por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación secundaria obligatoria y bachillerato respectivamente en la comunidad de cyl.](#)

Este proyecto se encuentra dentro de la **Unidad Didáctica nº 3** de la programación y tiene por título recreos activos. Tiene relación con el contenido del bloque **b) Organización y gestión de la actividad física** *“Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto”*. Con el criterio de evaluación 2.1 *“Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo*



mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado”

La **O.M.S (2020) en directrices sobre la A.F Y hábitos sedentarios**, justifica que 1 hora de actividad física al día ayuda a prevenir enfermedades y tener un sistema inmunológico más fuerte.

Los protagonistas del proyecto serán los alumnos de 3º de la E.S.O, que tendrán que crear y dirigir diferentes competiciones deportivas, siendo los encargados de promover la actividad y velar por su desarrollo, bajo la guía y supervisión del profesor.

Estas competiciones se desarrollarán durante los recreos, siguiendo un calendario de competición preestablecido.

Podrán participar todos los alumnos del centro, teniendo como único requisito que los equipos sean mixtos.

Los alumnos serán evaluados mediante la siguiente rúbrica.

	EXCELENTE	1 MUY BIEN	0.75 BIEN	0.5 REGULAR	0.25
TORNEO EN REDES SOCIA... Originalidad del torneo y movimiento en redes sociales.	Se presentan variedad de recursos para promover el campeonato tanto por el centro como por redes sociales.	Se presentan algún recurso para promover el campeonato tanto por el centro como por redes sociales.	Se promueve el campeonato tanto por el centro como por redes sociales.	Se promueve el campeonato.	
NUMERO DE PARTICIPANT... Inscripciones nº de participantes. (4 equipos – 8 equipos) MIXTOS	Consigue más de 8 equipos para la competición.	Consigue más de 6 equipos para la competición.	Consiguen más de 4 equipos para la competición.	Consiguen más de 2 equipos para la competición.	
EVOLUCION DEL TORNEO Seguimiento diario de la competición.	Se preocupan por el seguimiento diario de la situación de la competición y de los participantes.	Se preocupan por el seguimiento de la competición y de los participantes.	Se preocupan de vez en cuando por la situación de la competición y de los participantes.	No muestran preocupación por el seguimiento diario de la situación de la competición y de los participantes.	
ACTAS Y CLASIFICACIONES Registro diario en actas y clasificaciones.	Se publican las actas de la competición y las clasificaciones de manera diaria tanto en el lugar oficial como por redes sociales.	Se suelen publicar las actas de la competición y las clasificaciones de manera diaria tanto en el lugar oficial como por redes sociales.	Se publican las actas de la competición y las clasificaciones de manera diaria en el lugar oficial.	No se suelen publicar las actas de la competición y las clasificaciones de manera diaria tanto en el lugar oficial como por redes sociales.	
Arbitrar Arbitrar de forma correcta.	Se arbitra correctamente cumpliendo con todas las normas de la competición. Se crea un calendario de arbitraje.	Se arbitra eficientemente cumpliendo con todas las normas de la competición. Se crea un calendario de arbitraje.	Se arbitra correctamente cumpliendo con todas las normas de la competición.	No se arbitra correctamente cumpliendo con todas las normas de la competición. Se crea un calendario de arbitraje.	
ENTREGA DE PREMIOS Premios o diplomas ganadores	Se crean unos diplomas y entregas de premios originales, tanto a la competición como a diferentes premios individuales.	Se crean unos diplomas y entregas de premios de manera original para la competición.	Se crean unos diplomas y entregas de premios.	No se crean entregas de premios.	