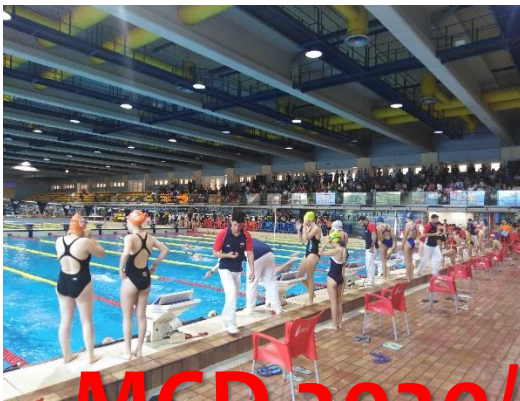




**Comunidad  
de Madrid**

# **MADRID COMUNIDAD DEPORTIVA**



**MCD 2020/2021**

**EN ESTA GUÍA SE INCLUYE:**

- **INFORMACIÓN GENÉRICA Y ESPECÍFICA SOBRE EL DESARROLLO DEL PROGRAMA MADRID COMUNIDAD DEPORTIVA (MCD).**
- **INFORMACIÓN SOBRE LAS ACTIVIDADES DIVULGATIVAS.**
- **INFORMACIÓN SOBRE LAS ACTIVIDADES COMPETITIVAS.**
- **INFORMACIÓN SOBRE EL PROGRAMA “MAÑANAS ACTIVAS”.**
- **NORMAS GENERALES.**
- **ACTIVIDADES DIVULGATIVAS.**
- **ACTIVIDADES COMPETITIVAS.**
- **MAÑANAS ACTIVAS.**

**MADRID COMUNIDAD DEPORTIVA** es un programa de promoción de la actividad física y el deporte, dirigido a los centros escolares. Está organizado por la Subdirección General de Programas de Actividad Física y Deporte de la Dirección



General de Infraestructuras y Programas de Actividad Física y Deporte, en colaboración con las Federaciones Deportivas Madrileñas que aportan sus técnicos, con la titulación y competencias adecuadas.

De acuerdo con lo previsto en el artículo 13.5 de la Ley Orgánica 1/1996, de 15 de enero, de Protección Jurídica del Menor, las Federaciones se responsabilizarán de que los técnicos y del resto de personas que participen en el programa o sus eventuales sustitutos y que, por tanto, tengan contacto habitual con menores en el desarrollo de su desempeño, acrediten, antes del comienzo de la actividad, no haber sido condenadas por sentencia firme por delitos contra la libertad e indemnidad sexual, trata y explotación de menores. A tal efecto, deberán acreditar esta circunstancia mediante una certificación negativa del Registro Central de Penados por estos delitos.

Las actividades se desarrollarán según los protocolos sanitarios previstos tanto por la organización, las instalaciones y los Centros Educativos. En este sentido es necesaria también la colaboración de padres y alumnos en beneficio de todos. Se adjuntan en la guía los correspondientes protocolos de las respectivas federaciones.

El programa tiene como objetivo la divulgación de deportes con menor implantación en el ámbito escolar a través de su introducción en la clase de Educación Física, mediante sesiones teórico - prácticas.

El programa es gratuito para los centros participantes en las actividades desarrolladas en los propios centros. En las actividades realizadas fuera del centro, debido a sus especiales características, los centros escolares o los alumnos deberán abonar una cantidad en concepto de instalaciones y técnicos. En esta guía se especifican las condiciones de cada modalidad deportiva.

**Los centros que quieran hacer llegar las actividades a más alumnado del señalado en la presente Guía, tanto en los centros como en instalaciones fuera del**



centro, podrán hacerlo abonando a las federaciones el coste de los técnicos en una cantidad que determinara la Dirección General de Infraestructuras y Programas de Actividad Física y Deporte.

Los centros escolares interesados en participar tienen que solicitar las diferentes actividades a través de los formularios de inscripción hasta las 14:00 h del **viernes 9 de octubre de 2020**.

El programa ofrece tres posibilidades de participación:

### 1. ACTIVIDADES DIVULGATIVAS

- Los técnicos de las diferentes federaciones madrileñas implicadas impartirán sesiones teórico – prácticas en el propio centro escolar o en instalaciones específicas de iniciación a los deportes integrantes del programa.
- Las sesiones en los centros tendrán una duración de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos. La organización final quedará pendiente del acuerdo entre federaciones y centros.
- Las sesiones en instalaciones fuera de los centros tendrán una duración de tres horas, condicionadas por la utilización de dichas instalaciones.
- Se ofrecen actividades conjuntas con el objetivo de **optimizar** el tiempo y las instalaciones. Son las siguientes:
  - Pádel + Duatlón.
- En algunos deportes se **organizarán** torneos en los cuales los alumnos que hayan participado en las diferentes actividades podrán competir y compartir experiencias con los alumnos de otros centros.
- Comienzo: mes de octubre.

## 2. ACTIVIDADES COMPETITIVAS

### ATLETISMO:

Se realizan en horario escolar durante los meses de enero, febrero, marzo y abril.

#### Dos modalidades:

- **Divirtiéndose con el atletismo**, dirigido a alumnos de Secundaria:

EN LA NORMATIVA SE ESPECIFICARÁN CATEGORÍAS, FECHAS, INSTALACIONES Y PRUEBAS.

Inicio de la competición: febrero de 2021.

- **Jugando al atletismo**, dirigido a alumnos de Primaria:

EN LA NORMATIVA SE ESPECIFICARÁN CATEGORÍAS, FECHAS, INSTALACIONES Y PRUEBAS.\*

Inicio de la competición: marzo de 2021.

\*Las fechas pueden ser modificadas por la organización y en tal supuesto se informará con el tiempo adecuado.

### NATACIÓN:

- **“Campeonato de Madrid escolar de natación”**

En el mes de mayo en fecha por determinar.

### 3. MAÑANAS ACTIVAS

Actividad dirigida PREFERENTEMENTE a centros de Primaria y 1º y 2º de la ESO que por su situación geográfica (estar a más de 25 Km de Madrid capital) tienen dificultades para poder participar en programas de promoción. Este tipo de iniciativa facilita a todo el alumnado de la Comunidad su inclusión en el programa.

- Comienzo: mes de mayo.

En esta guía se puede encontrar toda la información relativa al programa así como la forma de participación.

### NORMATIVA GENERAL

**- SE RECOMIENDA SU LECTURA ANTES DE SOLICITAR LAS ACTIVIDADES -**

- ✓ Se enviará un correo electrónico a cada Centro con los enlaces para cubrir los formularios de inscripción de cada una de las actividades del programa:
  - Actividades Divulgativas
  - Madrid Nieve.
  - Mañanas Activas.
  - Actividades competitivas.
- ✓ Los Centros Escolares dispondrán de plazo hasta **el viernes 9 DE OCTUBRE a las 14:00 h** para solicitar las Actividades Divulgativas y Mañanas Activas.
- ✓ La información y fechas del programa **Madrid Nieve** se enviarán de forma separada.
- ✓ A partir del **martes 13 DE OCTUBRE** se comunicará la adjudicación de las ACTIVIDADES DIVULGATIVAS, y se **informará sobre las fechas de adjudicación** y organización de MAÑANAS ACTIVAS.

#### ACTIVIDADES DIVULGATIVAS

##### SOLICITUDES

- En el formulario para solicitar Actividades Divulgativas se pueden elegir 5 opciones por orden de preferencia. **Es obligatorio señalar las 5 opciones,**

**y que éstas sean diferentes**, ya que si se opta por la misma actividad en más de una elección, se perderán posibilidades para que le sea asignada dicha actividad.

- Cada centro deberá enviar un único formulario. En el caso de Centros que acojan las etapas de Primaria y Secundaria, solicitarán las actividades según sus preferencias y sabiendo que **se adjudicarán las actividades por Centro y no por etapa educativa**.
- Es **IMPORTANTE** tener en cuenta las edades a las que van dirigidas las actividades.

Estas indicaciones están incluidas en el desarrollo de cada deporte.

- Las actividades que requieran un importe por su desarrollo, serán pagadas a la Federación correspondiente según el coste indicado en esta guía por Centro Educativo. Por tanto, en ellas se recomienda especialmente que se complete el cupo según se estipule en cada deporte.
- Según distintos aspectos (solicitudes, oferta, peticiones de centros y federaciones) a todos los centros se les adjudicará entre **una y tres actividades**.
- A la hora de la adjudicación se tendrá también en cuenta la proximidad a instalaciones donde los alumnos puedan seguir desarrollando la actividad.

### MAÑANAS ACTIVAS

- En el formulario para solicitar Mañanas Activas, habrá una opción para seleccionar por orden preferente las semanas en las que se quieran desarrollar las sesiones. Una vez escogidos estos campos, la organización podrá adjudicar de forma más ajustada las preferencias de cada Centro.

### ACTIVIDADES DE COMPETICIÓN

- Se informará, en plazo, a todos los centros las fechas de inscripción para estas competiciones.

- ✓ En aquellos casos en que el traslado a la actividad, no pueda realizarse en transporte público con una duración máxima de 30 minutos o concurren otras circunstancias, el desplazamiento correrá a cargo de la organización, **con un máximo de 55 plazas**.
  - Este punto será de aplicación general, excepto en aquellas actividades en las que se indique.



✓ Si un Centro al que se ha concedido la actividad no reúne alguno de los requisitos exigidos, ésta será anulada y se concederá a otro Centro en lista de espera.

Los requisitos son los siguientes:

- Edad: en cada actividad se especifica el curso al que va dirigido.
- Instalaciones:
  - La actividad de bádminton necesita instalación cubierta y con altura suficiente.
  - La actividad de béisbol requiere un espacio amplio para desarrollar el deporte.
  - La actividad de patinaje sobre ruedas necesita un tipo de superficie y espacio adecuado.
  - Las actividades de Salvamento y Socorrismo y Waterpolo precisan disponer de piscina.
  - Las instalaciones donde se vayan a desarrollar los deportes deberán estar en buen estado para su práctica.

✓ La gestión de la lista de espera será llevada a cabo por la organización en función de las solicitudes/actividades concedidas a cada centro.

✓ Las actividades podrán ser modificadas a lo largo del curso por razones sanitarias técnicas u organizativas.

✓ **Será OBLIGATORIA la PRESENCIA ACTIVA del PROFESOR/A de EDUCACIÓN FÍSICA durante el desarrollo de la actividad.** Él/ella será el responsable del control de los alumnos.

✓ Sólo los alumnos que van a participar en alguna actividad que requiera mutualización (actividad competitiva: atletismo) deberán ser dados de alta en la aplicación Gcam.

✓ Tanto la anulación de la asistencia, sin causa adecuadamente justificada en tiempo y forma, como un comportamiento inadecuado de los alumnos en la actividad, se tendrán en cuenta en futuras adjudicaciones.

✓ Una vez finalizada la actividad deportiva, será OBLIGATORIO para el centro la cumplimentación de una encuesta de valoración de la actividad. La organización facilitará al profesor o quien haya coordinado la actividad, el enlace donde se encuentra el formulario de la encuesta, que deberá ser rellenado después de haber recogido las impresiones de sus alumnos.

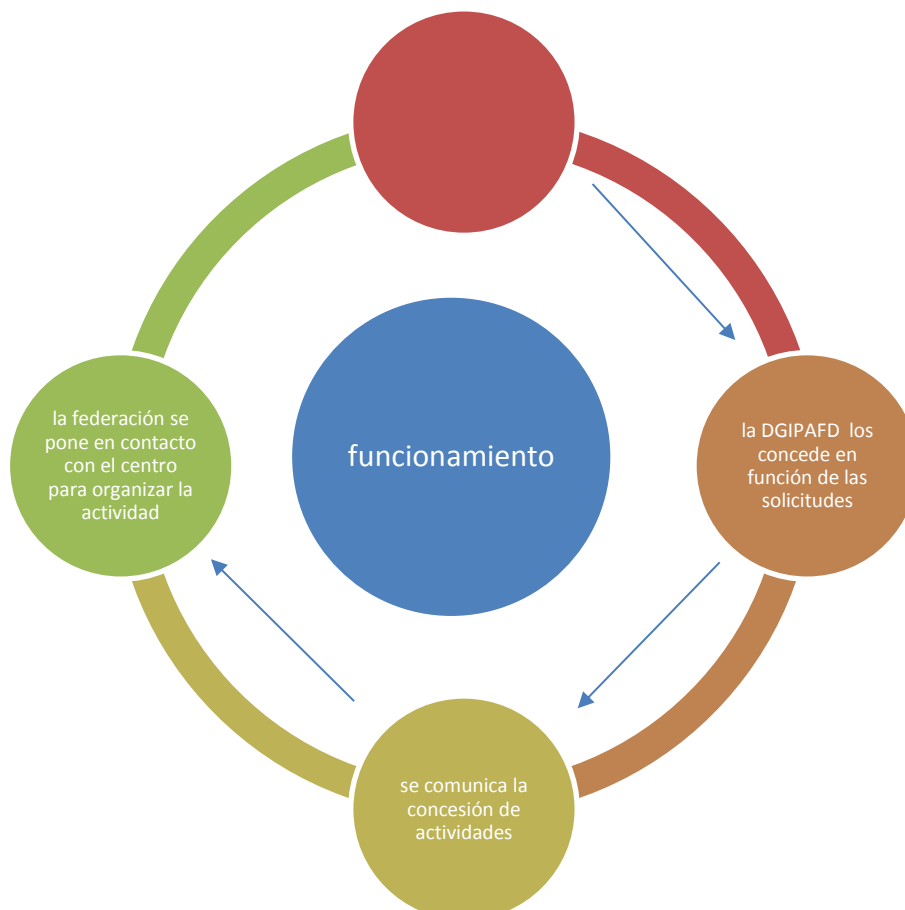
### RESPONSABLES DEL PROGRAMA MADRID COMUNIDAD DEPORTIVA (MCD)

Joaquín Yáñez (coordinador): telf.: 912767128

Ignacio Duralde: telf.: 912767136

Correo electrónico: [mco@educa.madrid.org](mailto:mco@educa.madrid.org)

Web: <http://www.comunidad.madrid/servicios/deportes>





# ACTIVIDADES DIVULGATIVAS

## ACTIVA TUS VALORES DEPORTIVOS

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 1º Y 2º de ESO.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Dos técnicos de una Federación Madrileña se desplazarán al centro educativo para desarrollar sesiones <u>teórico-prácticas</u> en las cuales se explicarán y desarrollarán los valores deportivos.
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio en jornada de mañana.
<b>SESIONES</b>	<p>Dos sesiones en uno o dos días diferentes. La duración de la sesión será de dos periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.</p> <p>Contenido: Puntos por desarrollar:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Respeto a compañeros y rivales.</b></li> <li>2. <b>Respeto al entrenador.</b></li> <li>3. <b>Respeto a los árbitros.</b></li> <li>4. <b>Rechazo de la violencia física o verbal.</b></li> <li>5. <b>No discriminación por razón de identidad sexual, género o cualquier otro aspecto.</b></li> <li>6. <b>Respeto a las reglas.</b></li> <li>7. <b>Compromiso y valoración del esfuerzo.</b></li> <li>8. <b>Trabajo en equipo.</b></li> <li>9. <b>Responsabilidad.</b></li> <li>10. <b>Cuidado de la salud.</b></li> </ol>

# BÁDMINTON

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 4º, 5º y 6º de Primaria.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar. Para la realización de la actividad es <b>obligatorio disponer de una instalación cubierta y con suficiente altura para la práctica de este deporte.</b>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Dos técnicos de la Federación madrileña de bádminton se desplazarán al centro educativo para desarrollar sesiones teórico-prácticas de iniciación al bádminton.
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio en jornada de mañana.
<b>TORNEO</b>	Esta actividad tendrá un torneo final al cual podrán asistir preferentemente todos los centros interesados que hayan participado en ella.
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace: <a href="http://www.badmintonmadrid.es/files/PROTOCOLOFEMBAD.pdf">http://www.badmintonmadrid.es/files/PROTOCOLOFEMBAD.pdf</a> (Es el general. Pendiente de aprobar el específico y colgarlo en la página)

# BALONMANO

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 5º y 6º de Primaria.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Dos técnicos de la Federación madrileña de balonmano se desplazarán al centro educativo para desarrollar una sesión teórico-práctica de iniciación al balonmano.
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio en jornada de mañana.
<b>SESIONES</b>	<p><u>Una sesión</u></p> <p>La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.</p> <p>Sesión: DVD divulgativo, breve charla teórica sobre las principales características del balonmano. Actividad práctica de iniciación.</p>



Comunidad  
de Madrid

## **PROTOCOLO CORONAVIRUS**

La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:

[https://fmbalonmano.federatio.com/upload/descargas/PROTOCOLO%20COVID%](https://fmbalonmano.federatio.com/upload/descargas/PROTOCOLO%20COVID%2019.pdf)

# BÉISBOL

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 5º y 6º de Primaria.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Dos técnicos de la Federación madrileña de béisbol se desplazarán al Centro Educativo para desarrollar sesiones teórico-prácticas de iniciación al béisbol.</p> <p><b>Es necesario contar con un espacio amplio para realizar la actividad en las condiciones adecuadas.</b></p>
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio en jornada de mañana.
<b>SESIONES</b>	<p><u>Dos sesiones</u> con los mismos grupos de alumnos.</p> <p>Las sesiones se impartirán en días diferentes y próximos en el tiempo para favorecer la continuidad de la actividad. La duración de cada sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.</p> <p>Charla teórica sobre las principales características del béisbol.</p> <p>Actividad práctica de iniciación.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Lanzamiento de la bola.</li> <li>* Fildeo de la bola (atrapar bola): rollings y flys.</li> <li>* Cómo anotar puntos (hacer carreras).</li> <li>* Cómo eliminar o salvar a los defensores (out y safe).</li> </ul>



<b>TORNEO</b>	Esta actividad tendrá un torneo final en el cual podrán participar todos los centros interesados.
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace: <a href="http://fmbs.org/protocolos-covid-19/">http://fmbs.org/protocolos-covid-19/</a> ( <a href="#">falla la página</a> )  <a href="http://fmbs.org/protocolos-covid-19/">http://fmbs.org/protocolos-covid-19/</a>

## BILLAR

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 5º y 6º de primaria y 1º a 4º de secundaria. Máximo 50 alumnos por centro escolar.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones de las Federación Madrileña en la calle del Payaso Fofó, 1.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<u>Una sesión</u> de iniciación al billar.
<b>HORARIO</b>	Octubre a junio. Jornada de 10:00 h a 13:00 h.
<b>SESIONES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Charla teórica con proyector audiovisual sobre las principales características del billar: su historia, anécdotas y explicación de los valores, no solo deportivos; también de las cualidades que aporta al individuo (Disciplina, respeto, concentración, autocontrol, resolución de problemas, superación, lucha y combate, creencia en uno mismo, pensamiento positivo, confianza, etc).</li> <li>- Las diferentes modalidades: reglas básicas y una exhibición de fantasía.</li> <li>- Actividad práctica de iniciación: Durante hora y media se enseña al alumno a jugar al billar con ejercicios dinámicos para un mejor entendimiento.</li> </ul>

	Dicha enseñanza estará dirigida por monitores en siete mesas a razón de una media de cuatro alumnos por mesa.
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace: <a href="http://www.federacionmadriddebillar.com/protocolo_covid_mcd.pdf?v=37360782">http://www.federacionmadriddebillar.com/protocolo_covid_mcd.pdf?v=37360782</a>

## BOXEO OLÍMPICO SIN CONTACTO

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 5º y 6º de Primaria y 1º y 2º de Secundaria.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Dos técnicos presentarán el boxeo sin contacto a través de dos sesiones divulgativa.
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Jornada de mañana.
<b>SESIONES</b>	<p><u>Dos sesiones:</u> La duración de cada sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.</p> <p>Contenido:</p> <p>Parte teórica: diferencias entre el boxeo olímpico y el profesional. Normativas.</p> <p>Parte práctica: boxeo sin contacto (cuerda/comba, ataque/defensa, marcaje de golpes).</p>

<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace: (la mandará hoy jueves)
----------------------------------	---

## CICLISMO

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 4º a 6º de Primaria. Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro
<b>LUGAR CELEBRACIÓN</b> <b>DE</b>	Velódromo de Galapagar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<u>Una sesión</u> divulgativa de iniciación al ciclismo en una instalación específica de este deporte.
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. De 10:00 a 13:00 horas.
<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	150€ por centro.
<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.
<b>MATERIAL DEPORTIVO</b>	Las bicicletas y los cascos serán proporcionados por la organización.

<p><b>SESIONES</b></p>	<p>Sesión de tres horas. Consta de una parte teórica en la que se habla de las distintas modalidades del ciclismo y de las ventajas de practicarlo. También se expone un vídeo explicativo.</p> <p>La parte práctica consta de juegos de habilidad, gymkhanas y recorrido por el velódromo.</p>
<p><b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b></p>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:</p> <p><a href="https://fmciclismo.com/index.php/es/smartweb/seccion/noticia/madrid/federacion/42590-Protocolo-COVID-19-FMC">https://fmciclismo.com/index.php/es/smartweb/seccion/noticia/madrid/federacion/42590-Protocolo-COVID-19-FMC</a> (pendiente aprobación del concreto)</p>

## ESGRIMA

<p><b>PARTICIPANTES</b></p>	<p>Alumnos de 5º y 6º de Primaria. 1º y 2º ESO.</p>
-----------------------------	---

<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar y en las salas de armas de los clubes de esgrima.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Alumnos de 5º y 6º de Primaria.</p> <p><u>Dos sesiones.</u></p> <p><u>En el centro escolar:</u> Dos técnicos se ocuparán de la Iniciación a la esgrima a través de una sesión divulgativa, con la utilización de <u>sables puma</u>; charla teórica sobre las principales características de la esgrima; enseñanza de las posiciones y desplazamientos básicos, enseñanza de la toma del arma; reglamento básico y normas de seguridad, realización de asaltos.</p> <p>Alumnos de 1º y 2º de la ESO:</p> <p><u>En las salas de armas próximas a los centros:</u> Explicación del deporte de la esgrima, sus diferentes modalidades y reglas básicas, utilizando el material básico de esgrima.</p>
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Jornada de mañana.
<b>TRANSPORTE</b>	Por cuenta del centro escolar.
<b>MATERIAL DEPORTIVO</b>	Todo el material será proporcionado por la organización.
<b>SESIONES</b>	<p><u>En el centro educativo:</u> La duración de las sesiones será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.</p> <p><u>En la sala de armas.</u> Dos sesiones de tres horas, para 50 alumnos.</p>

	<p>Constará de una parte teórica que incluye un audiovisual y la presentación de la actividad.</p> <p>La parte práctica consta de un circuito de habilidad y otros juegos.</p>
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:</p> <p><a href="http://www.fmesgrima.es/Documentos/Protocolo_MCD.pdf">http://www.fmesgrima.es/Documentos/Protocolo_MCD.pdf</a></p>

## GIMNASIA

<b>PARTICIPANTES</b>	<p>Alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria.</p> <p>Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro</p>
----------------------	--

<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	Centros deportivos específicos de Gimnasia artística en San Blas, Pozuelo de Alarcón y Las Rozas de Madrid.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Sesión divulgativa de gimnasia. Se podrá elegir en su solicitud entre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>Gimnasia Artística</u></li> <li>- <u>Trampolín</u></li> </ul> <p>En ambos casos se llevarán a cabo prácticas sencillas adaptadas al nivel de los alumnos.</p>
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Jornada de mañana.
<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.
<b>SESIONES</b>	<p><u>Una sesión.</u></p> <p>La duración de cada sesión será de dos horas.</p>
<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	100,00 € por Centro Educativo.
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:

## GIMNASIA ACROBÁTICA

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria.
<b>LUGAR CELEBRACIÓN</b>	<b>DE</b> En las instalaciones del centro escolar. Para la realización de la actividad es aconsejable disponer de una sala con colchonetas.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Entrenadores titulados en Gimnasia Acrobática se desplazarán al centro educativo para desarrollar sesiones teórico-prácticas de iniciación a la Gimnasia Acrobática.
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Jornada de mañana.



<p><b>SESIONES</b></p>	<p>La duración de cada sesión será de dos horas.</p> <p>Incluye una parte teórica donde se explicará en que consiste la Gimnasia Acrobática y una parte práctica donde podrán realizar diferentes ejercicios de Gimnasia Acrobática. (Elementos acrobáticos Pirámides, coreografías...)</p>
<p><b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b></p>	

## GOLF

<p><b>PARTICIPANTES</b></p>	<p>Alumnos de 3º a 6º de Primaria. Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro.</p>
<p><b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b></p>	<p>Campo de golf. Parque Deportivo Puerta de Hierro.</p>
<p><b>DESCRIPCIÓN</b></p>	<p>Los alumnos conocerán los fundamentos del deporte a través de su práctica.</p>
	<p><b><u>Una sesión de tres horas de duración.</u></b></p>

<b>SESIONES</b>	<p><b>1er grupo:</b> Presentación del deporte y parte práctica – dar bolas -. Después cambio con el segundo grupo.</p> <p><b>2º grupo:</b> Otra parte teórica breve y práctica del putt.</p>
<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Jornada de mañana.
<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	100,00 € por Centro Educativo.
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:

## HALTEROFILIA

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 3º y 4º de ESO y 1º y 2º de Bachillerato. (Relacionado con la implantación del currículum LOMCE).
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Dos técnicos llevarán a cabo dos sesiones teórico-prácticas de iniciación con monitores de la Federación madrileña de Halterofilia. Ejercicios y movimientos técnicos básicos.

<b>HORARIO</b>	<p>Jornada de mañana.</p> <p>De octubre a junio.</p>
<b>SESIONES</b>	<p><u>Dos sesiones.</u></p> <p>La duración de las sesiones será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.</p> <p>Desarrollo de la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proyección de los objetivos y contenidos de la jornada. Audiovisual sobre el deporte.</li> <li>- Cambio y preparación.</li> <li>- Circuito de actividades de halterofilia I.</li> <li>- Cambio de grupo y organización del circuito.</li> <li>- Circuito de actividades de halterofilia II.</li> </ul>
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace: (pendiente).</p>

# HÍPICA

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 4º, 5º y 6º de Primaria. Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En centros ecuestres de la Comunidad de Madrid.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Realización de una jornada de iniciación a la Hípica.
<b>SESIONES</b>	<p><b>DESARROLLO DE LA JORNADA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ De 10:00 a 10:30 h descripción de la jornada y presentación de monitores.</li> <li>○ A continuación se distribuirán los grupos en los que realizarán las actividades.</li> <li>○ Comienzan las actividades a las 10:30 h. Se realizarán 3 estaciones con una duración para cada una de 50 min. <b>El objetivo es dar a conocer el mundo ecuestre de una manera cercana y al alcance de todos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Estación de manejo:</b> comenzará con las medidas de seguridad, cómo aproximarse a un caballo. Conocerán dónde viven y los cuidados de los ponis/caballos.</li> <li>○ En la parte más práctica cepillarán a los ponis y se les explicarán las partes básicas del poni/caballo.</li> </ul> </li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Estación de monta:</b> adquirirán conocimientos básicos de cómo subirse al pony, cómo girar a derecha e izquierda y pararle. Se hará una toma de contacto al paso de las disciplinas de Pony Games, Horseball y Volteo.</li> <li>○ <b>Estación teórica:</b> conocerán la vida en la hípica, paseo por prados, cuadras, guadarneses, almacén. Si fuera posible paseo en coche de caballos, para que conozcan también esta antigua disciplina ecuestre.</li> </ul>
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Jornada de mañana.
<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.
<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	Pago directo a la federación Madrileña de Hípica. <u>400,00</u> € por Centro Educativo.
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace: <a href="https://www.fhdm.es/general/2020/PROTOCOLO_HIPICA2.pdf">https://www.fhdm.es/general/2020/PROTOCOLO_HIPICA2.pdf</a> (el general).

# HOCKEY

<b>PARTICIPANTES</b>	<p>Alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria.</p> <p>Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro</p>
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	<p>Instalaciones deportivas de la Comunidad de Madrid Hockey Somontes en la carretera de El Pardo km 1,800.</p>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Tres técnicos desarrollarán una sesión teórico-práctica de iniciación al hockey.</p>
<b>SESIONES</b>	<p>La duración de la sesión será de tres horas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Charla teórica sobre las principales características de Hockey.</li> <li>- Actividad práctica de iniciación.</li> </ul>
<b>HORARIO</b>	<p>De octubre a junio. Jornada de mañana.</p>
<b>TORNEO</b>	<p>Esta actividad tendrá un torneo final al cual podrán asistir todos los centros interesados que hayan participado en el programa.</p>
<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	<p>100,00 € por Centro Educativo.</p>

<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:
----------------------------------	---

<b>KÁRATE</b>	
<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 5º y 6º de Primaria.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Presentación teórico-práctica de introducción al kárate impartida por dos técnicos de la Federación madrileña de kárate.</p> <p>Defensa personal.</p>
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Jornada de mañana.
<b>SESIONES</b>	<p><u>Dos sesiones</u>, en diferentes días, con los mismos grupos de alumnos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.</li> <li>- Técnicas: como katas (formas técnicas preestablecidas por los antiguos maestros), aplicaciones de técnicas con compañeros, combate (libre –ju kumite, o preestablecido; yakusoku, kumite y otras).</li> </ul>

<p><b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b></p>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:</p>
---	--

<h2>LUCHA</h2>	
<p><b>PARTICIPANTES</b></p>	<p>Alumnos de 2º de ESO (relacionado con la implantación del currículum LOMCE).</p>
<p><b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b></p>	<p>En las instalaciones del centro escolar.</p>
<p><b>HORARIO</b></p>	<p><u>Dos sesiones</u> con los mismos grupos de alumnos.</p> <p>Las sesiones se impartirán por dos técnicos en días diferentes y próximos en el tiempo para favorecer la continuidad de la actividad.</p> <p>Jornada de mañana. Octubre a junio.</p> <p>La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.</p>
<p><b>DESCRIPCIÓN</b>  <b>1ª JORNADA</b></p>	<p>Dos técnicos se ocupan de las jornadas divididas en dos partes</p> <p><b>TEÓRICA</b></p> <p>Presentación del deporte de la lucha (Vídeo más presentación) – 15´.</p>



	<p>El vídeo quedará a disposición del Centro Educativo así como el material de referencia.</p> <p><b>PRÁCTICA</b></p> <p>Calentamiento Genérico – 5´</p> <p>Calentamiento Específico (Juegos de Lucha) – 10´</p> <p>Explicación y práctica Lucha en Suelo – 15´</p> <p>Posiciones básicas, técnicas fundamentales</p> <p>Lucha en pie – 10´</p> <p>Posición, agarres, desequilibrios, técnicas básicas. Inicio desplazamientos.</p> <p>Ejercicios de finalización (Lucha) – 5´</p>
<p><b>DESCRIPCIÓN</b></p> <p><b>2ª JORNADA</b></p>	<p><b>PRÁCTICA</b></p> <p>Calentamiento Genérico – 5´</p> <p>Calentamiento Específico (Juegos de Lucha) – 10´</p> <p>Conocimiento y práctica de las diferentes modalidades de Lucha Olímpica.</p> <p><b>LIBRE OLÍMPICA MASCULINA Y FEMENINA.</b></p> <p><b>LUCHA GRECORROMANA.</b></p> <p><b>SAMBO (MODALIDAD NO OLÍMPICA).</b></p> <p>Actividades complementarias.</p> <p>Resumen y Evaluación.</p>
<p><b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b></p>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace: (pendiente)</p>

## MONTAÑISMO/ESCALADA

<b>PARTICIPANTES</b>	<p>Alumnos de 4º de Secundaria y 2º de bachillerato (relacionado con la implantación del currículum LOMCE).</p> <p>Máximo 25 alumnos por centro.</p>
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	Rocódromo de la M-30 Madrid Río y en el rocódromo del Centro Deportivo Municipal Félix Rubio de Villaverde.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Sesión teórico-práctica de iniciación a la escalada en rocódromo urbano. La jornada estará dirigida por técnicos de la Federación Madrileña de Montañismo.
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Jornada de mañana.
<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.
<b>SESIONES</b>	<u>Una sesión</u> . La duración de la sesión será de tres horas.
<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	50,00 € por Centro Educativo.

<p><b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b></p>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:  <a href="https://www.fmm.es/noticias/generales/actualizacion-normativa-deportiva-covid-en-la-comunidad-de-madrid.(general)">https://www.fmm.es/noticias/generales/actualizacion-normativa-deportiva-covid-en-la-comunidad-de-madrid.(general)</a></p>
---	---

## MONTAÑISMO/SENDERISMO

<p><b>PARTICIPANTES</b></p>	<p>Alumnos de 1º de la ESO (LOMCE) Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro.</p>
<p><b>LUGAR CELEBRACIÓN</b></p>	<p><b>DE</b> Rutas diseñadas por la Federación Madrileña de Montañismo por la sierra.</p>
<p><b>DESCRIPCIÓN</b></p>	<p>Sesión teórico-práctica de iniciación al senderismo. La jornada estará dirigida por técnicos de la Federación madrileña de montañismo.</p>
<p><b>HORARIO</b></p>	<p>De octubre a junio. Jornada de mañana.</p>
<p><b>TRANSPORTE</b></p>	<p>El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.</p>
<p><b>SESIONES</b></p>	<p><u>Una sesión</u>. La duración de la sesión será de tres horas.</p>

<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	100,00 € por centro educativo.
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:</p> <p><a href="https://www.fmm.es/noticias/generales/actualizacion-normativa-deportiva-covid-en-la-comunidad-de-madrid.html">https://www.fmm.es/noticias/generales/actualizacion-normativa-deportiva-covid-en-la-comunidad-de-madrid.html</a></p> <p>(general)</p>

## ORIENTACIÓN

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 5º y 6º de Primaria y 3º de Secundaria (relacionado con la implantación del currículum LOMCE).
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>El programa consta de 2 sesiones divulgativas de este deporte:</p> <p>1ª jornada: sesión teórico-práctica. Iniciación a la orientación, brújulas, mapas, etc.</p> <p>2ª jornada: actividad práctica dentro del centro escolar de aplicación de lo aprendido en la primera jornada o en una zona próxima que no requiera transporte.</p>
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Jornada de mañana.

<p><b>MATERIAL DEPORTIVO</b></p>	<p>Se entregará gratuitamente al centro escolar participante en el programa, un paquete con material de orientación.</p>
<p><b>SESIONES</b></p>	<p><u>Dos sesiones:</u> en diferentes días, con los mismos grupos de alumnos. La sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.</p> <p>1ª SESIÓN: - Presentación del deporte.- Desarrollo de los fundamentos técnicos - Desarrollo de las Técnicas básicas de orientación - Práctica del deporte a través de juegos de iniciación.</p> <p>2ª SESIÓN: - Carrera de orientación en el centro escolar o en un parque próximo.</p>
<p><b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b></p>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:</p> <p><a href="https://drive.google.com/file/d/1xDxyQwdTjLFDaBUuxNTUC7QRk5Aoo4xx/view">https://drive.google.com/file/d/1xDxyQwdTjLFDaBUuxNTUC7QRk5Aoo4xx/view</a></p>
<p><b>PATINAJE SOBRE RUEDAS</b></p>	
<p><b>PARTICIPANTES</b></p>	<p>Alumnos de 1º a 6º de Primaria y de 1º a 4º de ESO (relacionado con el currículum de la LOMCE).</p>

	<p>Por las características y diseño especiales de la actividad, está programada para realizarse con un “grupo burbuja” (misma clase), que realizará una sesión de 3 periodos lectivos seguidos. En caso de solicitar la actividad para más alumnos, la dinámica será la misma; cada jornada (3 periodos lectivos), se trabajará con 1 grupo.</p>
<p><b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b></p>	<p>En las instalaciones del centro, siempre que reúnan las <b>condiciones mínimas de seguridad y espacio</b> (plana, lisa y sin elementos peligrosos), para dicho número de alumnos.</p>
<p><b>SESIONES</b></p>	<p><u>Dos sesiones:</u> Los dos técnicos se desplazarán al centro para desarrollar contenidos prácticos de Adaptación al medio e Iniciación al Patinaje. El desarrollo de los mismos dependerá del nivel inicial del alumnado.</p> <p><u>Primera sesión:</u> actividad teórico práctica. Presentación del deporte, modalidades.</p> <p><u>Segunda sesión:</u> actividades prácticas de iniciación al patinaje.</p> <p>La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.</p>
<p><b>HORARIO</b></p>	<p>De octubre a mayo. Jornada de mañana en el bloque horario previo. En el <b>bloque horario previo al</b> recreo, para favorecer la posibilidad de los tres periodos lectivos continuos.</p> <p>Dos sesiones con los mismos grupos de alumnos y cada una de ellas podrá cubrir hasta tres periodos lectivos (continuados).</p> <p>Las sesiones se impartirán en días diferentes y próximos en el tiempo para favorecer la continuidad de la actividad.</p>

## **MATERIAL**

La Federación facilitará sesiones dentro de una Unidad Didáctica para su desarrollo en el centro.

La Federación facilitará el material necesario para la práctica (se permite usar ambos tipos de patines), aunque debido a las condiciones del COVID – 19, se recomienda que los alumnos que puedan lleven su propio material (patines y protecciones).

<p><b>SESIONES</b></p>	<p><b><u>1ª sesión:</u></b> Presentación de vídeo divulgativo con charla teórica sobre las principales características del Patinaje, continuando con actividad práctica “Adaptación al Medio”.</p> <p><b><u>2ª sesión:</u></b> Actividad práctica. Desarrollo de las técnicas básicas y aplicación de las mismas; juegos y deportes.</p> <p>La Federación enviará previamente material audiovisual de apoyo a la práctica al centro, para su exposición a los alumnos en la jornada previa a la actividad. Dicho material expondrá de forma teórica las principales características y necesidades del Patinaje en la iniciación, y servirá de apoyo fundamental a la práctica.</p> <p><b><u>Desarrollo de la sesión:</u></b> Actividad práctica de Adaptación al Medio, Aprendizaje y Progresión de las Técnicas Básicas y aplicación de las mismas; juegos y deportes (adaptado según nivel de los participantes), que se desarrollan <b>con los mismos alumnos, durante tres periodos lectivos (continuados)</b>, antes del recreo.</p>
<p><b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b></p>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:  <a href="http://www.fmp.es/wp-content/uploads/2020/09/PROTOCOLO-COVID-Programa-MCD-Patinaje-sobre-Ruedas-2020-2021.pdf">http://www.fmp.es/wp-content/uploads/2020/09/PROTOCOLO-COVID-Programa-MCD-Patinaje-sobre-Ruedas-2020-2021.pdf</a></p>



## PIRAGÜISMO KAYAK POLO

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 5º y 6º de Primaria y Secundaria. Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	Parque deportivo Puerta de Hierro.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Los centros seleccionados desarrollarán una jornada de iniciación al kayak polo.  ✓ <b>Incluye:</b> todo el material necesario para la actividad.
<b>HORARIO</b>	✓ Octubre a Junio. Lunes a viernes. Jornada de mañana. <b>Horario:</b> 10:00 h-12:00 h. o de 12:00 h-14:00 h.
<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.
<b>SESIONES</b>	✓ <b>Programa:</b> comprende la realización de <u>una sesión</u> en dos partes: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Teórica audiovisual: se celebrará en el aula del P.D. Puerta de Hierro.</li> <li>○ Práctica: Piscina del Parque Deportivo Puerta de Hierro.</li> </ul>
<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	100,00 € por Centro Educativo.

<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:
----------------------------------	---

## RCP y primeros auxilios en el deporte

<b>PARTICIPANTES</b>	Dirigido a alumnos de 5º de primaria a 1º de bachillerato.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Realización de un taller para que los alumnos sepan cómo actuar cuando se producen lesiones durante la práctica de un deporte y conozcan las maniobras básicas de reanimación cardiopulmonar y el protocolo de emergencias en el caso de un accidente grave.
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio en jornada de mañana.
<b>SESIONES</b>	El taller será impartido por un Técnico Sanitario especializado en formación. La duración del taller será de 50 min. Los alumnos recibirán material impreso sobre los contenidos impartidos.
	<b>Fundación MAPFRE</b>

<b>Desarrollo</b>	
<b>REMO</b>	
<b>PARTICIPANTES</b>	<p>Alumnos de 5º y 6º de primaria y 1º y 2º de Secundaria (tendrán prioridad los centros próximos a la base náutica).</p> <p>Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro.</p>
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	Por confirmar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Una sesión.</p> <p><b>Participación:</b> Colegios e IES con un máximo de 50 alumnos por centro</p>
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Lunes a viernes. Jornada de mañana.

<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.
<b>SESIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ La sesión consta de las siguientes partes:           <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Una parte teórica</b> (30') donde se explican los conocimientos básicos del deporte:               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tipos de embarcaciones</li> <li>○ Partes habituales de un barco.</li> <li>○ Equipamiento y materiales específicos.</li> <li>○ Técnica del Remo.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>✓ <b>Parte práctica en tierra</b> (30') que completa la teoría con el uso del remoergómetro, que enseña a los alumnos la técnica del remo en máquinas que simulan el movimiento que se realiza en el agua.</li> </ul>
<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	100,00 € por Centro Educativo.
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:

# RUGBY

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria. Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	Parque Deportivo Puerta de Hierro.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Tres técnicos de la Federación madrileña de Rugby desarrollarán una sesión teórico-práctica de iniciación al rugby. <u>Una sesión</u> con un máximo de 50 participantes. Cada sesión tendrá una duración de tres horas.
<b>HORARIO</b>	Octubre a junio
<b>SESIONES</b>	<u>Una sesión</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicación de la modalidad de rugby cinta.</li> <li>• El juego de la Araña, para que interioricen avanzar hacia la línea del campo contrario.</li> </ul>
<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	100,00 € por cada Centro Educativo.

## **PROTOCOLO CORONAVIRUS**

La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:

# SALVAMENTO Y SOCORRISMO

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 5º y 6º de Primaria y 1º y 2º Secundaria.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	Piscina del centro escolar. En el caso de que el centro no disponga de instalaciones se celebrará en la Piscina Prado de Santo Domingo de Alcorcón o en la piscina municipal de Valdemoro, teniendo preferencia los centros de estas localidades.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p><u>Dos sesiones:</u> uno o dos grupos de alumnos según programación ofertada por la federación.</p> <p>Las sesiones se impartirán en días diferentes y próximos en el tiempo para favorecer la continuidad de la actividad.</p> <p>Constará de <b>dos sesiones</b> divulgativas del salvamento lúdico-deportivo:</p> <p>Primera sesión:</p> <p><u>Parte teórica</u> (45´): charla con el apoyo de imágenes y videos donde se mostrará la diversidad del salvamento y socorrismo.</p> <p>Parte práctica (1:30´ h en la primera sesión y 2:00 h en la segunda). Los alumnos se dividirán en dos grupos de 25 y realizarán actividades para conocer los materiales del salvamento y socorrismo, sus técnicas y sus pruebas.</p>

	<p>Rescate deportivo (SERC)</p> <p>Constará de una sesión de 4:00 h repartida en dos grupos de 25 alumnos a los cuales se les enseñará: primeros auxilios – cómo realizar una RCP (y cómo auxiliar a una víctima traumática fuera del agua) - y una segunda parte sobre rescates en el agua.</p>
<b>HORARIO</b>	Octubre a junio. Jornada de mañana.
<b>MATERIAL DEPORTIVO</b>	La Federación, una vez concluida la jornada práctica, proporcionará al centro, por un período no superior a 30 días, material para su uso con los alumnos, de manera que puedan continuar temporalmente con la práctica de este deporte.
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace. No obstante se atiende al protocolo de la instalación deportiva en la que imparta la actividad.</p>



## TENIS

<b>PARTICIPANTES</b>	<p>Alumnos de 1º, 2º, 3º y 4º de Primaria.</p> <p>Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro</p>
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	Parque Deportivo Puerta de Hierro.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Sesión divulgativa de iniciación al tenis impartida por tres técnicos de la Federación de Tenis de Madrid.
<b>HORARIO</b>	Octubre a junio. Jornada de mañana.
<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.
<b>SESIONES</b>	<p><u>Una sesión</u> con los mismos grupos de alumnos.</p> <p>La sesión tendrá una duración de tres horas.</p> <p>Se realiza la actividad en un circuito, que consta de 4 o 5 estaciones (en función del nº de alumnos).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ESTACIÓN: se trabajan familiarizaciones (con la pelota, con la raqueta, con la raqueta y la pelota de manera conjunta).</li> <li>2. ESTACIÓN: se trabajan envíos.</li> <li>3. ESTACIÓN: se trabajan devoluciones.</li> <li>4. ESTACIÓN: se trabajan Intercambios con el profesor o entre los alumnos. Se hacen JUEGOS VARIADOS.</li> </ol>

# TENIS DE MESA

<p><b>PARTICIPANTES LA ACTIVIDAD</b></p>	<p>100,00 € por cada Centro Educativo.</p>	<p>Alumnos de 5º y 6º de primaria y Máximo 50 alumnos por centro e</p>
<p><b>PROTOCOLO DE CELEBRACIÓN CORONAVIRUS</b></p>	<p>La federación dispone del protocolo preventivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:</p>	<p>En las instalaciones de las Federa en el siguiente</p>
<p><b>DESCRIPCIÓN</b></p>		<p><u>Una sesión</u> de iniciación al tenis d</p>
<p><b>HORARIO</b></p>		<p>Octubre a junio. Jornada de 10:0</p>
<p><b>SESIONES</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-30´ Parte Teórico-Práctica con p La mujer en el Tenis de Mesa, Te</li> <li>-10´ Características y Práctica Seg</li> <li>-20´ Forma de coger correctamen</li> <li>-20´ Ejecución en la mesa de los c diferentes golpesos.</li> <li>-<b>Descanso y tentempié.</b></li> <li>-10´ El saque: saque básico, saqu</li> <li>-20´ Práctica de Juego Inclusivo e</li> <li>-20´ Juego libre en modalidad inc</li> <li>-20´ Práctica de un arbitraje y sim</li> </ul>

	<p>-30´ Mini-Torneos individual, dobl foto de grupo.</p>
<p><b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b></p>	<p>La federación dispone del protoc (general).</p>

# VOLEIBOL

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	En las instalaciones del centro escolar con postes y red.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p><u>Dos sesiones</u>, en diferentes días, con los mismos grupos de alumnos:</p> <p>Dos técnicos de la Federación madrileña de voleibol se desplazarán al centro escolar para desarrollar dos sesiones teórico-prácticas de iniciación al voleibol en horario de mañana.</p> <p>Primera sesión: proyección de un DVD divulgativo y charla teórica sobre las principales características del voleibol. Actividad práctica de iniciación.</p> <p>Segunda sesión: actividad práctica.</p>
<b>HORARIO</b>	La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir <u>entre 30 y 35 alumnos</u> .
<b>PROTOCOLO CORONAVIRUS</b>	<p>La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace:</p> <p><a href="https://fmvoley.com/index.php/download/protocolo-covid-voleibol-fmvp-competiciones-y-entrenamientos/general">https://fmvoley.com/index.php/download/protocolo-covid-voleibol-fmvp-competiciones-y-entrenamientos/general</a></p>

# WATERPOLO

<b>PARTICIPANTES ANTES</b>	Alumnos de 4º y 5º de Primaria.
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN</b>	Piscina del centro escolar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p><u>Dos sesiones</u> con los mismos grupos de alumnos.</p> <p>Las sesiones se impartirán próximas en el tiempo para favorecer la continuidad de la actividad.</p> <p>La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán <u>asistir entre 30 y 35 alumnos</u>.</p> <p><b>SESIÓN:</b> Desarrollo de sesión:</p> <p><b>TEORÍA</b> Inicio del waterpolo. Fundamentos básicos. Reglamento básico.</p> <p><b>AGUA</b> Estilos de natación modificados al waterpolo. Patada de base. Pases y recepciones. Lanzamientos por grupos. JUEGO no reglado.</p>
<b>HORARIO</b>	Octubre a junio. Jornada de mañana.
<b>MATERIAL</b>	Se entregará gratuitamente al centro escolar participante: balones de waterpolo y un manual de iniciación a este deporte.

<b>TORNEO</b>	Esta actividad tendrá un torneo final en el cual podrán participar todos los centros interesados que hayan participado en el programa.
<b>PROTOCOLO CORONA VIRUS</b>	La federación dispone del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentra en el siguiente enlace: (pendiente)

## ACTIVIDADES CONJUNTAS



## PÁDEL + DUATLÓN

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de 5º y 6º de Primaria. Máximo 50 alumnos por centro, mínimo 35 alumnos por centro.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	Parque Deportivo Puerta de Hierro.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<u>Una sesión</u> de iniciación a estos deportes impartida por monitores de las Federaciones.
<b>HORARIO</b>	De octubre a junio. Jornada de 10:00 h a 14:00 h.
<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.
<b>SESIONES</b>	<p>UNA SESIÓN DE PÁDEL DE DOS HORAS DE DURACIÓN.</p> <p>- Presentación o explicación teórica del deporte. Desarrollo de los fundamentos técnicos del pádel basados en el juego. Desarrollo de los fundamentos tácticos del deporte basados en el juego. Práctica del deporte a través de juegos de iniciación hasta la hora de finalización de la actividad.</p> <p>UNA SESIÓN DE DUATLÓN DE DOS HORAS DE DURACIÓN.</p> <p>Parte teórica: Breve charla sobre las particularidades del deporte: modalidades, distancias, triatletas, normativa, material. Parte práctica: Cada participante será capaz de finalizar su propio duatlón.</p>
<b>COSTE DE LA ACTIVIDAD</b>	100,00 € por Centro Educativo.



## PROTOCOLO CORONAVIRUS

Las federaciones disponen del protocolo preceptivo para realizar la actividad, que se encuentran en los siguientes enlaces:

[https://www.fmpadel.com/docs/PROTOCOLO\\_MCD\\_FMP.pdf?fmp=1](https://www.fmpadel.com/docs/PROTOCOLO_MCD_FMP.pdf?fmp=1)

## PROGRAMA “MAÑANAS ACTIVAS”

**MAÑANAS ACTIVAS** es un programa de promoción deportiva, dirigido a los centros escolares, desarrollado y puesto en marcha por la **COMUNIDAD DE MADRID**.

A quién va dirigido: al alumnado **PREFERENTEMENTE** de centros de Primaria y 1º y 2º de ESO que se encuentre a una distancia de más de 25 Km de Madrid capital y que por



esta situación tengan dificultades para participar en otros programas de promoción.

La inscripción en este programa **no es compatible con la participación en otras actividades divulgativas, excepto con las realizadas fuera del centro.**

Participantes: Máximo 50 alumnos/as por centro, mínimo 35 alumnos. Los centros tienen libertad para decidir qué grupos de alumnos van a asistir.

Coste de la actividad: **100, 00 € por Centro Educativo.**

La Comunidad de Madrid facilitará el transporte.

Material necesario: ropa y calzado deportivo.

Objetivos:

- Realizar actividades físicas de forma recreativa y divulgativa en espacios al aire libre, con la práctica de deportes menos habituales.

Lugar de celebración: Parque Deportivo Puerta de Hierro (Madrid).

Días de celebración: martes, miércoles, jueves y viernes, de mayo y junio.

Horario: de 10:30 h a 13:30 h.

Deportes que se incluyen:

- Duatlón, hockey, orientación, pádel, rugby, patinaje sobre ruedas, béisbol, golf, tenis, vóley playa, balonmano playa, ciclismo.
- Se comunicará a los centros con antelación las distintas actividades que van a realizar: un deporte individual, uno de equipo y uno con implementos.

Desarrollo:

Cada mañana se establecerán bloques de tres horas de duración, divididos en franjas horarias de 1:00 h, en cada una de las cuales se practicará un deporte. Cada centro pasará por las tres actividades que se determinen en cada bloque. La asignación de día a cada centro se comunicará con la suficiente antelación.

Será OBLIGATORIA la PRESENCIA del PROFESOR de EDUCACIÓN FÍSICA durante el desarrollo de la actividad el cual será el responsable del control de los alumnos.

✓ Una vez finalizada la actividad, será OBLIGATORIO para el centro la cumplimentación de una encuesta de valoración de la actividad. La organización facilitará al profesor o



quien haya coordinado la actividad, el enlace donde se encuentra el formulario de la encuesta, que deberá ser rellenado después de haber recogido las impresiones de sus alumnos.

# ACTIVIDADES COMPETITIVAS

1

2

3

## DIVIRTIÉNDOSE CON EL ATLETISMO

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de Secundaria.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	Instalaciones deportivas por determinar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Consta de cuatro jornadas competitivas en las que se celebran carreras de velocidad y vallas entre otras. También incluye saltos de altura y de longitud así como lanzamiento de peso. Se desarrollan en un día lectivo en horario de mañana.</p> <p>Todos los alumnos que participen deberán ser dados de alta en la aplicación a través de los medios que se indicarán.</p>
<b>NORMATIVA E INSCRIPCIONES</b>	La normativa será enviada a los Centros de Secundaria. En dicha normativa se establecerá el plazo de inscripción de Centros para los que deseen participar en la competición.
<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.

## JUGANDO AL ATLETISMO

<b>PARTICIPANTES</b>	Alumnos de Primaria.
<b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b>	Instalación deportiva por determinar.
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Desarrollo de 4 jornadas competitivas clasificatorias y una final. Cada Centro podrá participar en una de las jornadas clasificatorias. La competición acerca el atletismo a los alumnos de forma lúdica y adaptada a su edad con relevos con obstáculos o de velocidad entre otras pruebas.
<b>HORARIO</b>	De 10:00 a 13:00 h.
<b>NORMATIVA E INSCRIPCIONES</b>	La normativa será enviada a los Centros de Primaria. En dicha normativa se establecerá el plazo de inscripción de Centros para los que deseen participar en la competición.
<b>TRANSPORTE</b>	El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.

# NATACIÓN

<p><b>PARTICIPANTES</b></p>	<p>Alumnos matriculados en el centro educativo, de Primaria y Secundaria, repartidos en las siguientes categorías:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Alevín</b></li> <li>❖ <b>Infantil</b></li> <li>❖ <b>Cadete</b></li> <li>❖ <b>Juvenil</b></li> </ul>
<p><b>LUGAR DE CELEBRACIÓN</b></p>	<p>Centro de Natación M-86.</p>
<p><b>DESCRIPCIÓN</b></p>	<p><u>CAMPEONATO DE NATACIÓN ESCOLAR DE LA COMUNIDAD DE MADRID</u>: jornada competitiva que se celebrará un sábado del mes de mayo en horario de mañana. A lo largo del curso escolar se comunicará con antelación la fecha exacta de celebración y el plazo de inscripción.</p>
<p><b>NORMATIVA E INSCRIPCIONES</b></p>	<p>La normativa será enviada a los Centros de primaria y secundaria de la Comunidad de Madrid. En dicha normativa se establecerá el plazo de inscripción de Centros para los que deseen participar en la competición.</p>
<p><b>TRANSPORTE</b></p>	<p>El transporte lo proporcionará la Comunidad de Madrid.</p>