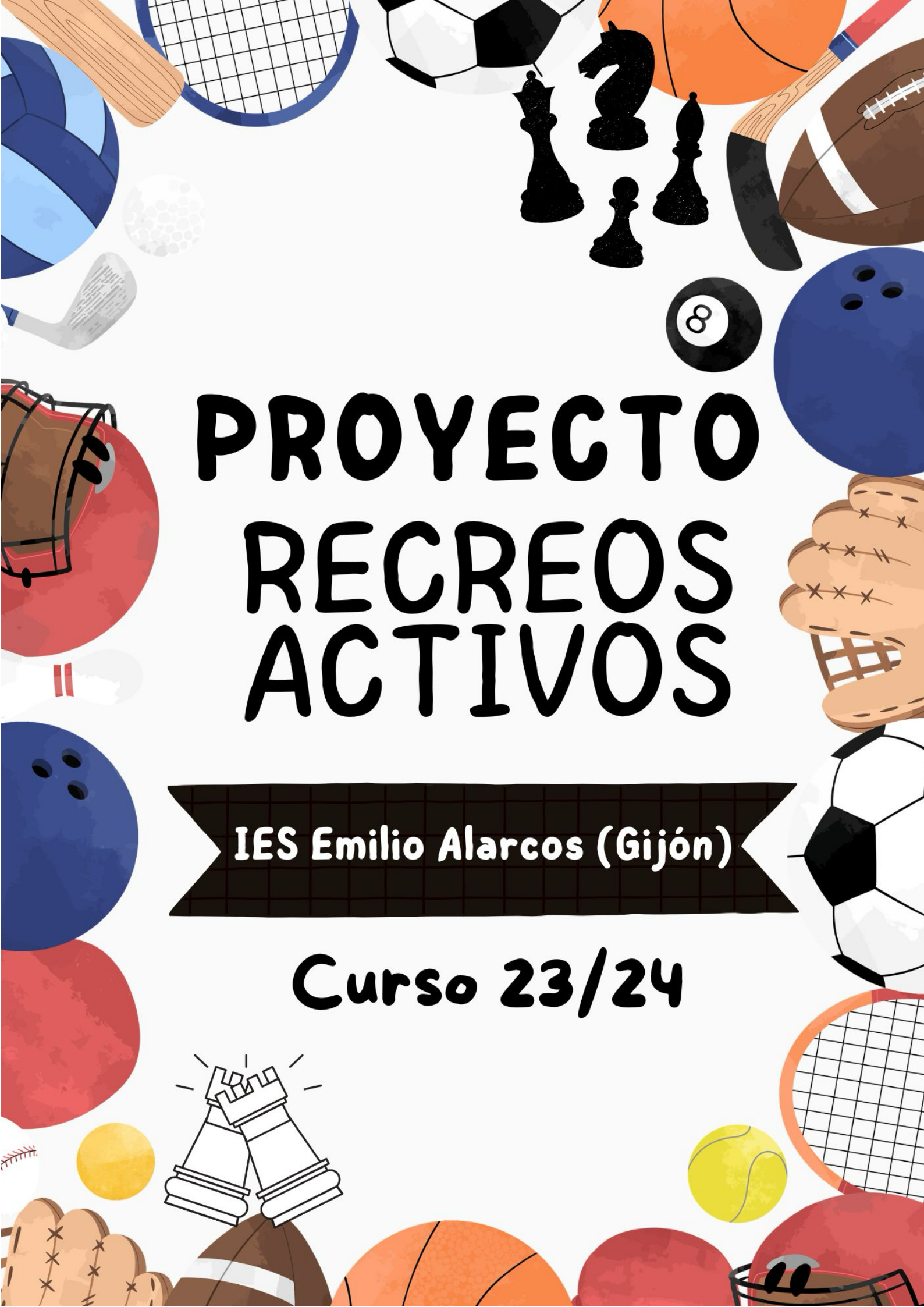




PROYECTO RECREOS ACTIVOS

IES Emilio Alarcos (Gijón)

Curso 23/24

ÍNDICE

1. Contexto y justificación.....	1
2. Funcionamiento del proyecto.	3
3. Actividades propuestas.....	4
4. Resultados.	5
5. Requisitos del proyecto.....	6
6. Propuestas de mejoras.	7
7. Cartelería y otras evidencias.....	8

1. Contexto y justificación.

El proyecto de recreos activos fue llevado a cabo en el **IES Emilio Alarcos**, se encuentra situado en los barrios de El Natahoyo y Moreda, al oeste del municipio de Gijón. El instituto cuenta con unos 75 profesores y unos 700 alumnos. La idea del proyecto que aquí se va a presentar vino motivado por la alta conflictividad de los recreos y la cada vez vida más sedentaria del alumnado. Además, con estas actividades se amplía el alcance de la asignatura de Educación Física.

La **idea** nació a petición de jefatura de estudios, se planteó la posibilidad de comenzar el proyecto y se reunieron con el departamento de educación física para ver la posibilidad de llevarlo a cabo. El presente proyecto ha estado apoyado por el equipo directivo y por el claustro de profesores. Sin embargo, este ha sido llevado a cabo por el departamento de Educación Física y por parte del equipo directivo.

Este proyecto ayuda a la consecución de los siguientes **objetivos del centro**:

- Objetivo 1. Impulsar nuevas medidas que tengan una incidencia directa en la mejora de la convivencia, evitando dificultar el proceso de evaluación del alumnado.
- Objetivo 4. Incidir en la educación por la promoción en beneficio de la salud, limpieza y cuidado del medioambiente.
- Objetivo 8. Responder a las necesidades del alumnado para contribuir a la promoción del bienestar emocional.

Con este trabajo se quiere promover la consecución de los Retos del siglo XXI y las Competencias Clave, lo cual le ayudará a hacer frente a las dificultades y circunstancias de su vida. Los **Retos del siglo XXI** más trabajados son los siguientes:

- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal y social en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas, así como en la promoción de la salud pública.

- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica.
- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas.
- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad.

En cuanto a las **competencias clave**, se contribuirá principalmente a las mencionadas a continuación:

- Competencia ciudadana.
- Competencia emprendedora.
- Competencia personal, social y de aprender a aprender.

El presente proyecto tiene los siguientes **objetivos**:

- Reducir la conflictividad en los recreos, mediante la ocupación activa de su tiempo libre, bien sea como participante, espectador u organizador.
- Aumentar la práctica de actividad física durante los recreos, tanto en actividades organizadas como la práctica libre.
- Promover la integración de los alumnos dentro de las diferentes actividades propuestas, utilizando un amplio abanico de estas.
- Fomentar la implicación del alumnado en la autogestión de las actividades propuestas.
- Fomentar el respeto a las normas y a todos los elementos implicados en la actividad.
- Reducir la suciedad en las zonas de juego, así como en el resto del espacio para los recreos.

2. Funcionamiento del proyecto.

El presente proyecto se rige por unas normas, similares a las propuestas de Educación Física, pero adaptadas a las particularidades del trabajo realizado. En la **imagen** se pueden ver las normas propias del mismo. Si no se cumplen, las actividades podrán ser interrumpidas.

El **procedimiento** de las actividades propuestas es sencillo. Primero, se plantean los deportes más conocidos por todos como fútbol o baloncesto. Después, se plantean actividades que han sido propuestas en las clases de Educación Física o que surgen de la propia práctica diario.

Existe una fase del proceso, donde los alumnos se apuntan en los tabloncillos destinados para ello. Si la actividad cuenta con suficientes participantes, se especifican las fechas de las competiciones y empezarán las mismas.

La actividad idealmente será autogestionada por los propios alumnos. Sin embargo, en las primeras etapas el profesorado deberá guiar y ayudar en el correcto funcionamiento.



3. Actividades propuestas.

A lo largo del curso, se plantean diferentes actividades para cubrir al máximo número de alumnado posible, buscando sus gustos y aficiones. Comenzando con actividades más populares como fútbol y poco a poco atraer a más participantes con otras menos extendidas o realizadas en Educación Física. Además de estas actividades programadas, al comienzo del recreo se reparte material para que los alumnos jueguen de forma espontánea y autónoma, esto es una de las cosas más enriquecedoras del proyecto, ya que ellos mismos se gestionan y organizan para hacer partidos o cualquier juego del deporte concreto, siendo los más populares el voleibol, el fútbol y el baloncesto.

Las actividades programadas para el curso 2023/2024 fueron las siguientes.

Primer trimestre:

- Campeonato de cementerio.
- Campeonato de futbol.
- Concurso de triples y concurso de penaltis.
- Campeonatos de Ajedrez.

Segundo trimestre:

- Competiciones de futbol femenino.
- Concurso de talentos.
- Campeonato de baloncesto.
- Campeonatos de Ajedrez.
- Clases prácticas de boxeo (sin contacto) con una campeona de España (alumna del IES)

Tercer trimestre:

- Campeonato de pinfuvote y voleibol.
- Concurso de talentos. Segunda edición.
- Campeonato de bádminton.
- Concurso de triples. Segunda edición.
- Campeonato de fútbol indoor 3 vs 3.

4. Resultados.

Analizando los resultados obtenidos y comparándolos con el curso pasado (curso 22/23) y anteriores, que se puso en marcha el proyecto, se pueden sacar las siguientes conclusiones en base, a los registros de amonestaciones en los recreos y lo observado por el departamento de Educación Física y de la comunidad educativa en general. Estos resultados se resumen en:

1. **El uso del móvil se ha erradicado en el patio**, algo que comenzó el año pasado aun no siendo prescriptivo y que este año se consolidó de acuerdo con normativa.
2. **Los conflictos en los recreos disminuyen notablemente**, en base a los registros de amonestaciones y sucesos. La disminución ha sido significativa y ahora casi no existen.
3. **Un notable incremento de actividad física no organizada y espontánea**. No se trata tan solo del alumnado que participa en actividades organizadas, sino que el sistema de préstamo de material funciona de tal manera que el número de alumnos y alumnas que están practicando actividad física en el recreo es muy superior a años anteriores: combas, gomas, balones, etc. Todas las propuestas por parte del alumnado son bienvenidas.
4. **Los campeonatos de ajedrez** también se han consolidado y crecido dando pie a que el alumnado más sedentario participe en actividades.
5. **Los residuos y las basuras han disminuido notablemente** tras la finalización de los recreos. Los profesores de guardia vigilan las pistas deportivas y alrededores, impidiendo continuar con la práctica deportiva si existe basura.

Como conclusión, se puede afirmar que el sentir general del alumnado y del claustro de profesores es que el proyecto ha sido un acierto, y pensamos que se garantiza su continuidad, intentando que la experiencia cada vez sea mejor y más orgánica. Tratando de que cada vez estas actividades sean más autónomas y autogestionadas por parte del alumnado.

5. Requisitos del proyecto.

El proyecto requiere de unos requisitos concretos para que este pueda llevarse a cabo debido a la gran implicación necesaria por parte del departamento de Educación Física y otros miembros de la comunidad educativa interesados. Algunos de los requisitos son los siguientes.

- **Recursos humanos.**

Para realizar con éxito este proyecto es imprescindible que en los recreos haya al menos 2 profesores de Educación Física (o profesores implicados en el proyecto) de guardia en cada día de la semana, siendo idóneo que hubiera más. Ya que en ocasiones se realizan competiciones fuera y dentro del gimnasio, lo cual conllevan diferentes labores organizativas. Este punto es fundamental para la continuidad del proyecto, ya que cuando hay días sin competición la inercia del proyecto pierde fuerza y los alumnos muestran menos interés.

Además, sería necesaria una hora complementaria, además de la reunión propia del departamento de Educación Física. Ya que supone mucho tiempo realizar los carteles, organizar encuentros, actualizar resultados, etc.

- **Recursos materiales e infraestructuras.**

Debido a la gran variedad de actividades llevadas a cabo, se necesitarán diversos espacios para su realización como pistas deportivas, polideportivo o gimnasio, espacios interiores para competiciones como ajedrez o juegos de mesa.

Además, se necesitarán materiales extra para las competiciones, como balones, raquetas, silbatos para los árbitros, etc. Pudiéndose usar los materiales del departamento de Educación Física.

Finalmente, se deberá reservar en una zona visible un espacio a modo de corcho o expositor donde colocar los carteles y los avances de las competiciones.

6. Propuestas de mejoras.

La naturaleza de las actividades ha hecho que sea un proceso abierto y en constante adaptación. Sin embargo, parece que es un proyecto consolidado y que se seguirá llevando a cabo. Su rápida y eficaz inclusión ha hecho que se vea la necesidad de mantener el proyecto para los próximos años. Sin embargo, existen ciertos aspectos dignos de mejora, los cuales tratarán de ser solventados, estos son:

- **Falta de costumbre de jugar en los recreos.** Si no existe una tradición de si participar en los recreos las primeras jornadas suelen ser algo desorganizadas, ya que los alumnos desconocen que juegan, el público invade el campo o no respeta los partidos, etc. Esta situación se suele subsanar en unos días de competición.
- **No todas las competiciones o eventos planteados tienen éxito** por diversos motivos, siendo el más frecuente que no hay suficientes interesados o por vergüenza a jugar como en el caso del fútbol femenino, y por tanto no pueda llevarse a cabo o solo eventos puntuales.
- **La participación de las alumnas** no ha sido la deseada, siendo una minoría de ellas las que participan en las actividades, posiblemente por la exposición que supone jugar frente a todo el instituto. Para paliar esto, se han hecho actividades específicas para alumnas, como partidos de exhibición de fútbol femenino, cuya actividad tuvo gran éxito y no reportó ningún conflicto ni situación indeseada.
- **La falta de personal docente** controlando las competiciones y las zonas de juego. En días de mucha afluencia de competiciones y práctica libre, es posible que haya más de 100 alumnos realizando algún tipo de actividad. Por tanto, esto puede ser difícilmente supervisado por una sola persona o un par de personas.
- **Trabajo interdisciplinar, profesores participantes en el proyecto y profesores de guardia.** Sería óptimo que, para los cursos venideros, exista una mayor implicación por parte de la comunidad educativa, colaborando y aportando ideas y apoyando en diversas actividades.
- **Elaboración de un buzón de sugerencias o encuestas a través de plataformas digitales,** donde el alumno pueda exponer sus motivaciones a la hora de invertir el tiempo en los recreos, abarcando todas las necesidades.

7. Cartelería y otras evidencias.

A continuación, se muestran algunos ejemplos de la **cartelería** realizada para los diferentes eventos deportivos, así como el **logo** de los recreos activos, el **culo** donde se guardan los balones y otros materiales y un ejemplo del **corcho** donde se publican todo lo relativo a los recreos activos.





PLAY ▶ **FINAL VS VETERANS PROFESORES**

CONCURSO TRIPLES
ÚLTIMA SEMANA DE MARZO

NEW **ROOKIES VS PROS**
1º 2º ESO  3º 4º ESO BACH

TORNEO
P I N F U V O T E

6 - 8 JUGADORES
APÚNTATE EN LA LISTA

3ª EVA





GALA
CONCURSO DE TALENTOS
RECREOS - GIMNASIO

LUNES 4
MARTES 5
MIÉRCOLES 6

MARZO

¿TIENES ALGÚN TALENTO SECRETO?
ESTÁS A TIEMPO DE PARTICIPAR

CADA PARTICIPANTE PUEDE LLEVAR
A TRES INVITADOS



FÚTBOL
CONCURSO DE PENALTIS
RECREOS

1º 2º ESO
MIÉRCOLES 20 DICIEMBRE

3º 4º ESO Y BACH.



¡APÚNTATE!
DÍSELO A
CUALQUIER
PROFESOR/A
DE EF

TODO JUGADOR O JUGADORA
QUE LANCE PENALTIS DEBE
SER TAMBIÉN PORTERO.



I TORNEO DE FÚTBOL FEMENINO EMILIO ALARCOS

FECHA DE COMIENZO: OCTUBRE DE 2023

*ENTREGA TU SOLICITUD DE PARTICIPACIÓN A LOS PROFES DE EDUCACIÓN FÍSICA.

*INCLUYE EL NOMBRE DEL EQUIPO, EL DE CADA JUGADORA (MÍNIMO 5) SU CURSO Y CLASE.

*SI NO ENCUENTRAS EQUIPO, NO TE PREOCUPES, COMUNICÁSELO A TUS PROFES DE EF Y TE BUSCAMOS UNO.



TORNEO DE CEMENTERIO



¡FORMA TU EQUIPO E INSCRÍBETE!

*MÍNIMO 5 PERSONAS.

/ SI NO TIENES EQUIPO O TE FALTA ALGÚN INTEGRANTE, COMUNICÁSELO A TU PROFE DE EF.

*ENTREGA TU INSCRIPCIÓN A TU PROFE DE EDUCACIÓN FÍSICA ANTES DEL 5 DE OCTUBRE.

EMILIO ALARCOS
RECREOS ACTIVOS



FEBRERO 2024
EMILIO ALARCOS

1

Golpea el globo antes de que caiga

2

Evita los obstáculos del gimnasio

3

Elimina a tu rival

INSCRÍBETE EN EL TABLÓN DEL GIMNASIO