



PLAN EDUCATIVO

Actividades físicas e hábitos saudables

Artigo 12 e 16 da ORDE 30 de maio de 2023 pola que se desenvolve o Decreto 150/2022, de 8 de setembro, polo que se establece a ordenación e o currículo da educación infantil na Comunidade Autónoma de Galicia e se regula a avaliación nesa etapa educativa

Artigo 11 e 15 da ORDE de 26 de maio de 2023 pola que se desenvolve o Decreto 155/2022 de 15 de setembro, polo que se establece a ordenación e o currículo da educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia e se regula a avaliación nesa etapa educativa



CEIP Plurilingüe San Marcos

Índice

1. Introducción
2. Análise do contexto
3. Obxectivos
4. Procedemento de seguimento, avaliación e modificación (difusión)
5. Concreción anual do plan



CEIP Plurilingüe San Marcos

1. Introducción

O Plan Actividades físicas e hábitos saudables pretende establecerse como unha ferramenta que impulse a práctica da actividade física e deportiva, así como hábitos de vida saudables. Entendemos que o desenrolo das persoas debe pasar por un proceso de acercamento, e familiarización cara a actividade física, para que co tempo, chegue a formar parte dun estilo de vida activo e saudable e sexa parte fundamental do desenrolo persoal e social.

2. Análise do contexto

O centro leva varios anos participando no Plan proxecta de Vida Activa e Deportiva polo que podemos dicir que o punto de partida é bo xa que durante estas anos se veñen realizando diferentes actividades para promover a práctica de actividade física e os hábitos de vida saudables.

Dentro de estas actividades podemos destacar a implantación de merendas saudables, as actividades extraescolares que xestiona o concello e se levan a cabo durante o período de lecer que os alumnos teñen a mediodía ou a milla diaria que se levou a cabo durante o pasado curso.

DAFO

Debilidades	Ameazas
- Dinamización do tempo de ocio para fomentar unha maior práctica.	- Sedentarismo fora do horario lectivo. - Espazo do patio.
Fortalezas	Oportunidades
- A variedade na oferta de actividades.	- Aproveitar as actividades do mediodía para enganchar o alumnado.



CEIP Plurilingüe San Marcos

<ul style="list-style-type: none"> - Dispoñer de dous tempos de lecer durante o período lectivo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Participación dos diferentes equipos da contorna. - Fomentar unha maior actividade aproveitando os dous períodos de lecer. - Contorna do centro para realizar actividades na natureza.
---	--

3. Obxectivos

- ✓ Fomentar a práctica deportiva entre o alumnado do centro, para que chegue a ser considerada como unha ferramenta imprescindible dentro dun estilo de vida activo e saudable.
 - *Actividades levadas acabo polo noso alumnado e importancia que lle dan as mesmas.*
- ✓ Adquirir valores e habilidades sociais a través da actividade física e o deporte desenrolando os contidos en base ó xogo limpo, a deportividade e o traballo en equipo.
 - *Mellora das relacións e resolución dos conflitos tanto nas clases de educación física como nos tempos de lecer.*
- ✓ Dinamizar os tempos de ocio no período escolar.
 - *Propostas, materiais e actividades para os tempos de recreo e participación do alumnado.*
- ✓ Promover o almorzo saudable.
 - *Merenda saudable.*
- ✓ Promocionar tanto os deportes minoritarios coma o deporte feminino en colaboración con diferentes clubs deportivos.
 - *Visitas de diferentes equipos e deportistas o centro.*



CEIP Plurilingüe San Marcos

4. Procedemento de seguimento, avaliación e modificación (difusión)

Avaliación

En todas as actividades planeadas realizarase unha avaliación global, continua, formativa e integradora do proceso. Valoraremos a participación do alumnado así como a reflexión crítica como medio para inculcar hábitos saudables que lles acompañen ata a ancianidade.

- ✓ Analizaremos a participación nos recreos activos e material utilizado polo alumnado.
- ✓ Participación do alumnado nas actividades extraescolares do mediodía.
- ✓ Faremos enquisas para coñecer o nivel de practica do noso alumnado fora do horario lectivo.
- ✓ Rexistro das merendas mediante un semáforo saudable.
- ✓ Observación e análise dos tempos de lecer por parte do profesorado nos que se terán en conta as relacións sociais, o respecto polas normas, xogo limpo...
- ✓ Realización de sociogramas.

Difusión

Tanto o plan como as actividades serán difundidos polos diferentes medios dos que dispón o centro: Páxina web, redes sociais, abalar...

5. Concreción anual do Plan (táboa)



CEIP Plurilingüe San Marcos

Plan						
Obxectivo	Fomentar a práctica deportiva entre o alumnado do centro, para que chegue a ser considerada como unha ferramenta imprescindible dentro dun estilo de vida activo e saudable.		Acadado	En proceso		
Responsable	Docentes EF Proxecta PVAD		Non acadado			
Indicadores do obxectivo	Actividades levadas acabo polo noso alumnado e importancia que lle dan as mesmas.					
Valores de partida						
Valor previsto e data			Temporalización Trimestre	Todo curso		
Accións a desenvolver						
Descrición	Responsables	Data prevista fin	Recursos	Seguimento da acción		
				Actuación	Valoración da acción	Estado
Semana da roda	Docentes EF Proxecta PVAD	Xuño		O alumnado pode traer durante unha semana patinetes, patíns, monopatíns...para utilizar tanto no tempo de recreo como nas clases de educación física		

CEIP Plurilingüe San Marcos

Mochilas viaxeiras	Docentes EF Proxecta PVAD Equipo Biblioteca	Todo o curso		Cada semana unha alumna/o leva unha mochila a casa enviada dende biblioteca na que se inclúe material de educación física con indicación para realizar algunha actividade e diferentes retos que superar.		
San Silvestre	Docentes EF Proxecta PVAD	19 Decembro		Realización da segunda San silvestre solidaria San Marcos. Carreira o redor do colexio. Na que participan as familias e se fai un pequeno donativo de alimentos para os servizos sociais.		
Carreira ENKI	Docentes EF Proxecta PVAD			Realizaremos a carreira que propón a asociación ENKI		
Carreira/xincana da muller	Proxecta PVAD Proxecta donas de si	8 Marzo		8 de Marzo carreira/xincana da muller		

Plan			
Obxectivo	Dinamizar os tempos de ocio no período escolar.	Acadado	En proceso
Responsable	Proxecta PVAD	Non acadado	



CEIP Plurilingüe San Marcos

Plan						
Obxectivo	Adquirir valores e habilidades sociais a través da actividade física e o deporte desenrolando os contidos en base ó xogo limpo, a deportividade e o traballo en equipo.		Acadado	En proceso		
Responsable	Docentes EF Proxecta PVAD		Non acadado			
Indicadores do obxectivo	Mellora das relacións e resolución dos conflitos tanto nas clases de educación física como nos tempos de lecer.					
Valores de partida						
Valor previsto e data			Temporalización Trimestre	Todo o curso		
Accións a desenvolver						
Descrición	Responsables	Data prevista fin	Recursos	Seguimento da acción		
				Actuación	Valoración da acción	Estado
Pautas resolución conflitos no recreo				Pautas para resolver conflitos no tempo de lecer.		



CEIP Plurilingüe San Marcos

	PFPP Organización e materiais patios.				
Indicadores do obxectivo	Propostas, materiais e actividades para os tempos de recreo e participación do alumnado.				
Valores de partida					
Valor previsto e data			Temporalización Trimestre	Todo o curso	
Accións a desenvolver					
Descrición	Responsables	Data prevista fin	Recursos	Seguimento da acción	
				Actuación	Valoración da acción
Prestamos de material deportivo				Durante o período de lecer fanse prestamos de diferente material deportivo para utilizar durante o mesmo.	
Zonas de xogo fixas				Colócanse no patio diferentes zonas con material para utilizar. Mesa de Ping-pong Escenario de baile 4 en linea xigante Etc.	
Materiais e propostas do PFPP	PFPP Organización e materiais patios.	Todo o curso		A través do PFPP faranse materiais e traballarase na organización do tempo de lecer.	



CEIP Plurilingüe San Marcos

Modificación do espazo do patio.				O concello levará a cabo unha obra para mellorar o espazo exterior do centro. Que permitira unha mellor practica.		
----------------------------------	--	--	--	---	--	--

Plan						
Obxectivo	Promover o almuerzo saudable.		Acadado		En proceso	
Responsable	Docentes EF Proxecta PVAD Proxecta Paisaxe e sustentabilidade		Non acadado			
Indicadores do obxectivo	Que a merenda da meirande parte do alumnado sexa saudable.					
Valores de partida						
Valor previsto e data			Temporalización Trimestre		Todo o curso	
Accións a desenvolver						
Descrición	Responsables	Data prevista fin	Recursos	Seguimento da acción		
				Actuación	Valoración da acción	Estado



CEIP Plurilingüe San Marcos

Semáforo saudable	Docentes EF Proxecta PVAD Proxecta Paisaxe e sustentabilidade	Todo o curso		Control diario das merendas do alumnado mediante un semáforo		
Charla nutricionista.				Un nutricionista achegarse o centro para falarnos da alimentación saudable.		

Plan			
Obxectivo	Promocionar tanto os deportes minoritarios coma o deporte feminino en colaboración con diferentes clubs deportivos.	Acadado	En proceso
Responsable	Docentes EF Proxecta PVAD Proxecta Donas de si	Non acadado	
Indicadores do obxectivo	Visitas de diferentes equipos e deportistas o centro.		
Valores de partida			
Valor previsto e data		Temporalización Trimestre	Todo o curso
Accións a desenvolver			



CEIP Plurilingüe San Marcos

Descrición	Responsables	Data prevista fin	Recursos	Seguimento da acción		
				Actuación	Valoración da acción	Estado
Visita federación Hóckey	Docentes EF Proxecta PVAD			Dúas sesión impartidas por un monitor de Hóckey herba para promocionar o deporte		
Visitas deportista con discapacidade ENKI	Docentes EF Proxecta PVAD			Charla de deportistas con discapacidade.		
Visitas deportistas	Docentes EF Proxecta PVAD			Visitas de algún club ou deportista para dar a coñecer o seu deporte		



XUNTA
DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA,
EDUCACIÓN, FORMACIÓN
PROFESIONAL E UNIVERSIDADES

CEIP Plurilingüe San Marcos

Campo da Feira s/n

15318 Abegondo (Santaia)

☎ 881880201 📠 981669450

ceip.san.marcos@edu.xunta.gal

<http://www.edu.xunta.gal/centros/ceipsanmarcos/>