

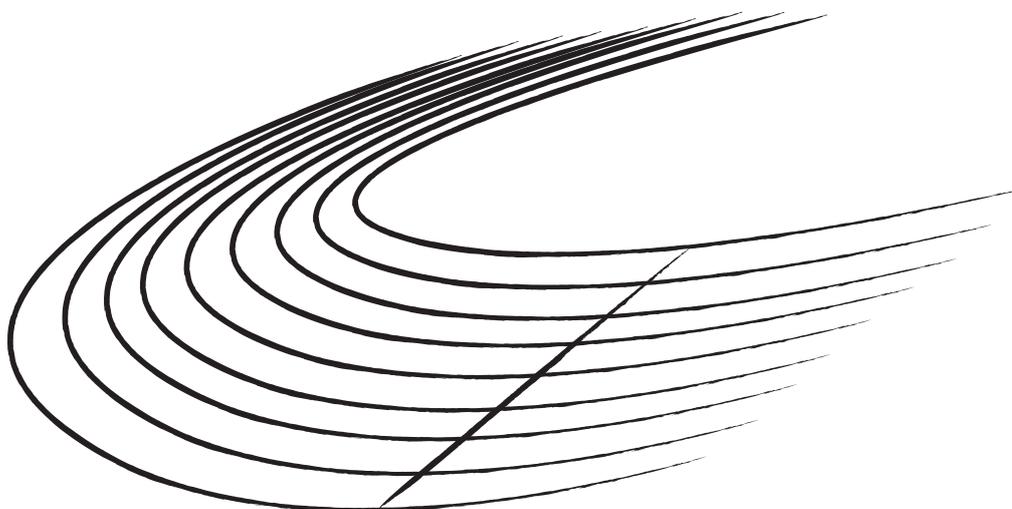
deporte



# Guía

Madrid Comunidad

# Olímpica



Comunidad  
de Madrid

# Guía

Madrid Comunidad

# Olímpica



**Comunidad  
de Madrid**

Dirección General de Juventud y Deporte  
CONSEJERÍA DE CULTURA,  
TURISMO Y DEPORTES



Esta versión forma parte de la Biblioteca Virtual de la **Comunidad de Madrid** y las condiciones de su distribución y difusión se encuentran amparadas por el marco legal de la misma.



[www.madrid.org/publicamadrid](http://www.madrid.org/publicamadrid)

## créditos

### CONSEJERÍA DE CULTURA, TURISMO Y DEPORTES

Consejero de Cultura, Turismo y Deportes

Excmo. Sr. D. Jaime Miguel de los Santos González

Viceconsejero de Cultura, Turismo y Deportes

Ilmo. Sr. Álvaro Ballarín Valcárcel

Director General de Juventud y Deporte

Ilmo. Sr. D. Javier Orcaray Fernández

Subdirector General de Programas Deportivos

Ricardo Echeita Sarrionandía

Coordinación editorial

Vicente Orden Gutiérrez

Estrella Ortega Valenciano

[deportes@madrid.org](mailto:deportes@madrid.org)

### Guía Madrid Comunidad Olímpica

© Comunidad de Madrid

Edita: Dirección General de Juventud y Deporte.

Paseo de Recoletos 14, 2ª planta. 28001 Madrid

Tel.: 901510610

Maquetación: [javiertrapero.com](http://javiertrapero.com)

Edición: 9/2017

Soporte y formato de edición: publicación en línea en formato pdf

Publicado en España - *Published in Spain*



# índice

## capítulo 1

<b>Madrid Comunidad Olímpica</b> .....	<b>6</b>
1.1. Sesiones Divulgativas.....	7
1.2. Mañanas Activas.....	7
1.3. Actividades competitivas.....	8
1.4. Normas generales .....	8
1.5. Responsables del programa.....	9

## capítulo 2

<b>Actividades</b> .....	<b>10</b>
Tabla 1. Activa tus valores .....	11
Tabla 2. Bádminton.....	11
Tabla 3. Balonmano .....	12
Tabla 4. Béisbol .....	12
Tabla 5. Boxeo Olímpico sin contacto .....	13
Tabla 6. Ciclismo.....	13
Tabla 7. Esgrima .....	13
Tabla 8. Espeleología.....	14
Tabla 9. Gimnasia.....	14
Tabla 10. Golf .....	15
Tabla 11. Halterofilia.....	15
Tabla 12. Hockey.....	15
Tabla 13. Kárate.....	16
Tabla 14. Lucha.....	16
Tabla 15. Madrid azul - Vela.....	17
Tabla 16. Madrid nieve .....	17
Tabla 17. Montañismo/Escalada.....	18



Tabla 18. Montañismo/Senderismo .....	18
Tabla 19. Orientación.....	19
Tabla 20. Patinaje sobre hielo .....	19
Tabla 21. Patinaje sobre ruedas.....	20
Tabla 22. Piragüismo Kayak Polo.....	20
Tabla 23. RCP y primeros auxilios en el deporte .....	21
Tabla 24. Remo .....	21
Tabla 25. Rugby .....	22
Tabla 26. Salvamento y Socorrismo.....	22
Tabla 27. Tenis.....	23
Tabla 28. Voleibol .....	23
Tabla 29. Waterpolo .....	24
<b>capítulo 3</b>	
<b>Actividades conjuntas .....</b>	<b>25</b>
Tabla 30. Billar + Tenis de mesa.....	26
Tabla 31. Pádel + Duatlón .....	26
<b>capítulo 4</b>	
<b>Programa Mañanas activas .....</b>	<b>27</b>
Tabla 32. Divirtiéndose con el atletismo .....	29
Tabla 33. Jugando al atletismo.....	29
Tabla 34. Natación.....	29

deporte



# capítulo 1

Madrid Comunidad Olímpica





**Madrid Comunidad Olímpica** es un programa de promoción deportiva, dirigido a los centros escolares, desarrollado y puesto en marcha por la **Subdirección General de Programas Deportivos de la Dirección General de Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid**.

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.

Se trata de un programa gratuito para los centros participantes con la excepción de alguna modalidad deportiva en la que, debido a sus especiales características, los centros escolares o los alumnos deberán abonar una cantidad en concepto de instalaciones o desplazamiento. En esta guía se especifican las condiciones de cada modalidad deportiva.

Los centros escolares interesados en participar tienen que solicitar las diferentes actividades a través de la “hoja de inscripción” que debe enviarse por correo electrónico a [mco@educa.madrid.org](mailto:mco@educa.madrid.org).

El programa ofrece tres posibilidades de participación:

## 1.1. Sesiones 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.
- En esta edición se ofertan **actividades conjuntas** con el objetivo de optimizar el tiempo y las instalaciones. Son las siguientes:
  - Pádel / Triatlón.
  - Billar/ Tenis de mesa.

En la guía se detallan sus características.

- En alguno de los 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 enero, aunque alguna actividad puede adelantar el inicio por sus características especiales.

## 1.2. Mañanas Activas

- Actividad dirigida a centros, fundamentalmente de Primaria y 1º y 2º de 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 abril.

## 1.3. Actividades competitivas

### Atletismo

Se realizan en horario escolar durante los meses de enero, febrero y marzo. Dos modalidades:

#### Divirtiéndose:

- Información: noviembre.
- Inscripción: noviembre.
- Inicio de la competición: enero.

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

#### Jugando:

- Información: enero.
- Inscripción: enero.
- Inicio de la competición: febrero.

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 fecha por determinar.

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

## 1.4. Normas generales

- La petición de las actividades se llevará a cabo a través de la “hoja de inscripción” en la cual es fundamental que figuren de forma clara los datos de contacto, en especial **las direcciones de correo electrónico**.

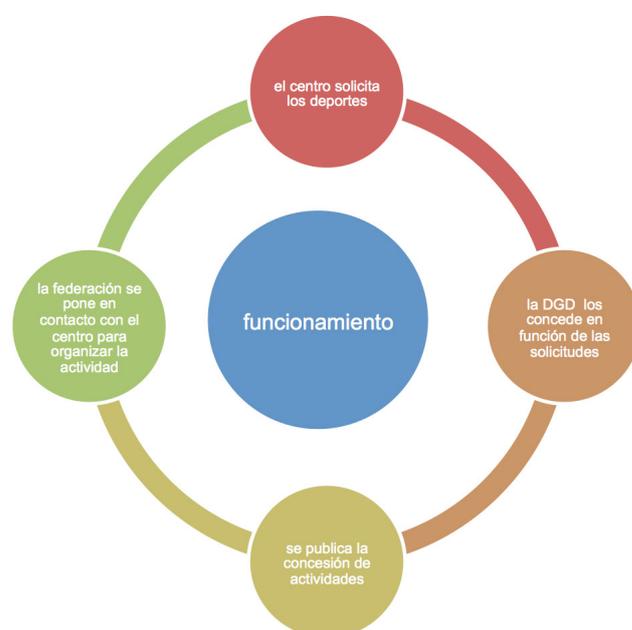


- En aquellos casos en que el traslado a la actividad, no pueda realizarse en transporte público con una duración máxima de 30' o concurren otras circunstancias, el transporte correrá a cargo de la organización, **con un máximo de 55 plazas**.
  - Este punto será de aplicación general excepto en aquellas actividades en las que se indique explícitamente.
- Cualquier centro puede solicitar las actividades, si bien los alumnos que las realicen tienen que estar en el tramo de edad (curso) fijado en cada una de ellas.
- Si a 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:
  - Edad: en cada actividad se especifica el curso al que va dirigido.
  - Instalaciones:
- La actividad de bádminton necesita instalación cubierta y con altura suficiente.
- Las instalaciones donde se vayan a desarrollar los deportes deberán estar en perfecto estado para su práctica.
- No hay un número mínimo ni máximo de actividades a solicitar, pero se recomienda elegir aquéllas en las que se esté realmente interesado.

- A la hora de la adjudicación se tendrá en cuenta la proximidad a instalaciones donde los alumnos puedan seguir desarrollando la actividad.
- La gestión de la lista de espera será llevada a cabo por la organización en función de las solicitudes/actividades concedidas a cada centro.
- Se valorarán las solicitudes una vez recibidas y se concederán las actividades en función de dichas peticiones y de la oferta disponible.
- Según distintos aspectos - solicitudes, oferta, peticiones de centros y federaciones - , a todos los centros se les adjudicará entre **una y tres actividades**.
- Cada centro deberá enviar una única solicitud. En el caso de que se reciba una para Primaria y otra para Secundaria, ambas se fusionarán y se considerarán como una sola.
- Las actividades podrán ser modificadas a lo largo del curso por razones técnicas u organizativas.
- Se valorarán las solicitudes una vez recibidas y se concederán las actividades en función de dichas peticiones y de la oferta disponible.
- Será **obligatoria la presencia activa del profesor de educación física durante el desarrollo de la actividad**. Él/ella será el responsable del control de los alumnos.
- Los Centros Escolares dispondrán de un plazo para solicitar **las actividades divulgativas** en las que deseen participar. A partir de ese día se informará a cada centro de la lista provisional de deportes/actividades concedidas.
- Las fechas para solicitar **las actividades competitivas** se comunicarán a partir de **noviembre**.
- Sólo los alumnos que van a participar en alguna actividad que requiera mutualización (actividad competitiva: atletismo) deberán ser dados de alta en la aplicación Suma Deporte.
- Tanto la anulación de la asistencia sin causa justificada por parte del Centro Educativo como un comportamiento in-

adecuado de los alumnos en la actividad, podrá repercutir negativamente en futuras adjudicaciones.

- Una vez finalizada la actividad, será **obligatorio** para el centro la cumplimentación de una encuesta de valoración de la actividad. La encuesta **será enviada** por la organización al profesor del centro que haya coordinado la actividad quien deberá rellenarla, después de haber recogido las impresiones de sus alumnos.



## 1.5. Responsables del programa

- Joaquín Yáñez: coordinador. Telf.: 912767128
- Ignacio Duralde: Telf.: 912767136
- Montse Prado Telf.: 917223571
- Carmen Ferouelle: Telf.: 912767138
- Correo electrónico: [mco@educa.madrid.org](mailto:mco@educa.madrid.org)

deporte



# capítulo 2

Actividades



## Actividades

**Tabla 1.** Activa tus valores

Participantes	Alumnos de 1º Y 2º de ESO.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	Un técnico de una Federación Madrileña se desplazará al centro educativo para desarrollar sesiones teórico-prácticas de concienciación de los valores deportivos.
Horario	De octubre a mayo en jornada de mañana.
Sesiones	<p>Dos sesiones en uno o dos días diferentes.</p> <p>La duración de cada 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. Respeto a compañeros y rivales.</li> <li>2. Respeto al entrenador.</li> <li>3. Respeto a los árbitros.</li> <li>4. Rechazo de la violencia física o verbal.</li> <li>5. No discriminación por razón de identidad sexual, género o cualquier otro aspecto.</li> <li>6. Respeto a las reglas.</li> <li>7. Compromiso y valoración del esfuerzo.</li> <li>8. Trabajo en equipo.</li> <li>9. Responsabilidad.</li> <li>10. Cuidado por la salud.</li> </ol>

**Tabla 2.** Bádminton

Participantes	Alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar. Para la realización de la actividad es obligatorio disponer de una instalación cubierta y con suficiente altura para la práctica de este deporte.
Descripción	Un técnico de la Federación madrileña de bádminton se desplazará al centro educativo para desarrollar sesiones teórico-prácticas de iniciación al bádminton.
Horario	De enero a mayo en jornada de mañana.
Sesiones	<p>Dos sesiones, en diferentes días, con los mismos grupos de alumnos.</p> <p>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> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación del deporte</li> <li>- Fundamentos técnicos</li> <li>- Práctica del deporte</li> </ul>
Torneo	Esta actividad tendrá un torneo final en el cual podrán participar todos los centros interesados que hayan participado en ella.

**Tabla 3.** Balonmano

Participantes	Alumnos de 5º y 6º de Primaria.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	Un técnico de la Federación madrileña de balonmano se desplazará al centro educativo para desarrollar sesiones teórico-prácticas de iniciación al balonmano.
Horario	De enero a mayo en jornada de mañana.
Sesiones	<p>Dos sesiones con los mismos grupos de alumnos.</p> <p>Las sesiones se impartirán en días diferentes y próximas en el tiempo para favorecer la continuidad de la actividad</p> <p>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>1ª sesión: DVD divulgativo, breve charla teórica sobre las principales características del balonmano. Actividad práctica de iniciación.</p> <p>2ª sesión: actividad práctica.</p>
Torneo	Esta actividad tendrá un torneo final en el cual podrán participar todos los centros interesados que hayan participado en el programa.

**Tabla 4.** Béisbol

Participantes	Alumnos de 5º y 6º de Primaria.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	<p>Un técnico de la Federación madrileña de béisbol se desplazará al Centro Educativo para desarrollar sesiones teórico-prácticas de iniciación al béisbol.</p> <p>Es necesario contar con un espacio amplio para poder desarrollar la actividad en las condiciones adecuadas.</p>
Horario	De Enero a mayo en jornada de mañana.
Sesiones	<p>Dos sesiones 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>
Torneo	Esta actividad tendrá un torneo final en el cual podrán participar todos los centros interesados.

**Tabla 5.** Boxeo Olímpico sin contacto

Participantes	Alumnos de 5º y 6º de Primaria y 1º y 2º de Secundaria.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	Iniciación al boxeo sin contacto a través de una sesión divulgativa.
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Sesiones	Una sesión. La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos. Contenido: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parte teórica: diferencias entre el boxeo olímpico y el profesional. Normativas.</li> <li>- Parte práctica: boxeo sin contacto (cuerda/comba, ataque/defensa, marcaje de golpes).</li> </ul>

**Tabla 6.** Ciclismo

Participantes	Alumnos de 4º a 6º de Primaria. Máximo 50 alumnos por centro.
Lugar de celebración	Velódromo de Galapagar.
Descripción	Una sesión divulgativa de iniciación al ciclismo en una instalación específica de este deporte
Horario	De enero a mayo. De 10 a 13 horas.
Transporte	Por cuenta del centro escolar.
Material deportivo	Las bicicletas y los cascos serán proporcionadas por la organización.
Sesiones	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 además de ver un vídeo explicativo y de una parte práctica en la que se realizan juegos de habilidad, gymkhanas y recorrido por el velódromo.

**Tabla 7.** Esgrima

Participantes	Alumnos de 5º y 6º de Primaria. 1º y 2º ESO.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar y en las salas de armas de los clubs de esgrima.
Descripción	Alumnos de 5º y 6º de Primaria: Una sesión. En el centro escolar: Iniciación a la esgrima a través de una sesión divulgativa, con la utilización de sablespuma; 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. Alumnos de 1º y 2º ESO: En las salas de armas próximas a los centros: Explicación del deporte de la esgrima, sus diferentes modalidades y reglas básicas, utilizando el material básico de esgrima.
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Transporte	A las salas de armas, por cuenta del centro escolar.
Material deportivo	Todo el material será proporcionado por la organización.
Sesiones	En el centro educativo: La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos. En la sala de armas. Una sesión de tres horas, para 50 alumnos. Constará de una parte teórica que incluye un audiovisual y la presentación de la actividad. La parte práctica incluye un circuito de habilidad y otros juegos.

**Tabla 8.** Espeleología

Participantes	Alumnos de 5º y 6º de Primaria y Secundaria. Máximo 50 alumnos por centro.
Lugar de celebración	Sesión teórica: en el centro escolar. Sesión práctica: Patones.
Descripción	Desarrollo de sesiones de iniciación a la Espeleología: Presentación de la espeleología como deporte-ciencia en el medio natural subterráneo, mediante una sesión teórica en el centro y otra sesión práctica en Patones compuesta de seis actividades: Orientación, espeleosocorro, tirolina, escalada, rapel y acceso a la cueva del aire.
Horario	De abril a junio. Sesión teórica: Jornada de mañana. Sesión práctica: de 10 a 16 horas.
Transporte	Por cuenta del centro escolar.
Sesiones	Dos sesiones. Sesión teórica: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Compuesta de 1 hora en el centro:</li> <li>- La sesión teórica de la actividad de espeleología se compone de una charla con una presentación PPT explicativa de la espeleología como ciencia y como deporte.</li> </ul> Sesión práctica: 4 horas. <ul style="list-style-type: none"> <li>- En la pared de escalada se realiza un ejercicio para desarrollar el instinto de trepada.</li> <li>- En cavidad, aparte de la trepada, se trabaja el arrastre y destrepe con las técnicas adecuadas.</li> <li>- Táctica a la hora de realizar el recorrido del taller de espeleosocorro.</li> <li>- Estrategia para ejecutar la búsqueda en el taller de orientación.</li> <li>- Taller de tirolina.</li> </ul>

**Tabla 9.** Gimnasia

Participantes	Alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria. Máximo 50 alumnos por centro.
Lugar de celebración	Centros deportivos específicos de Gimnasia artística en San Blas, Pozuelo y Las Rozas de Madrid.
Descripción	Sesión divulgativa de gimnasia. Se podrá elegir entre: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gimnasia</li> <li>- Trampolín</li> </ul> En ambos casos se llevarán a cabo prácticas sencillas adaptadas al nivel de los alumnos.
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Transporte	En el caso de ser necesario será proporcionado por la organización.
Sesiones	Una sesión. La duración de cada sesión será de dos horas.

**Tabla 10.** Golf

Participantes	Alumnos de 3º a 6º de Primaria. 50 alumnos por centro.
Lugar de celebración	Campo de golf. Parque Deportivo Puerta de Hierro.
Descripción	Los alumnos conocerán los fundamentos del deporte a través de su práctica.
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Transporte	Por cuenta del centro educativo.
Sesiones	Una sesión de tres horas de duración. 1º grupo: Presentación del deporte y parte práctica – dar bolas -. Después cambio con el segundo grupo. 2º grupo: Otra parte teórica breve y práctica del putt.

**Tabla 11.** Halterofilia

Participantes	Alumnos de 3º y 4º de ESO y 1º y 2º de Bachillerato. (Relacionado con la implantación del curriculum LOMCE).
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	1 sesión teórico-práctica de iniciación con monitores de la Federación madrileña de Halterofilia. Ejercicios y movimientos técnicos básicos.
Horario	Jornada de mañana. De enero a mayo.
Sesiones	Una sesión. La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos. Desarrollo de la sesión: <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>

**Tabla 12.** Hockey

Participantes	Alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	Un técnico de la Federación Madrileña de Hockey se desplazará al centro escolar para desarrollar sesiones teórico-prácticas de iniciación al hockey.
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Sesiones	Dos sesiones, en diferentes días, con los mismos grupos de alumnos. La duración de las sesiones será de tres periodos lectivos, a cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos. Primera sesión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proyección de un DVD divulgativo.</li> <li>- Charla teórica sobre las principales características de Hockey.</li> <li>- Actividad práctica de iniciación.</li> </ul> Segunda sesión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividad práctica.</li> </ul>
Torneo	Esta actividad tendrá un torneo final en el cual podrán participar todos los centros interesados que hayan participado en el programa.

**Tabla 13.** Karate

Participantes	Alumnos de 5º y 6º de Primaria.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	Presentación teórico-práctica de introducción al karate impartida por un técnico de la Federación madrileña de karate. Defensa personal.
Horario	De octubre a mayo. Jornada de mañana.
Sesiones	Dos sesiones, en diferentes días, con los mismos grupos de alumnos. - La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos. - 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.

**Tabla 14.** Lucha

Participantes	Alumnos de 2º de ESO (relacionado con la implantación del curriculum LOMCE).
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción 1ª jornada	<p>Teórico</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación del deporte de la lucha (Vídeo más presentación) – 15´.</li> <li>- El vídeo quedará a disposición del Centro Educativo así como el material de referencia.</li> </ul> <p>Práctico</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calentamiento Genérico – 5´</li> <li>- Calentamiento Específico (Juegos de Lucha) – 10´</li> <li>- Explicación y práctica Lucha en Suelo – 15´</li> <li>- Posiciones básicas, técnicas fundamentales</li> <li>- Lucha en pie – 10´</li> <li>- Posición, agarres, desequilibrios, técnicas básicas. Inicio desplazamientos.</li> <li>- Ejercicios de finalización (Lucha) – 5´</li> </ul>
Descripción 2ª jornada	<p>Práctico</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calentamiento Genérico – 5´</li> <li>- Calentamiento Específico (Juegos de Lucha) – 10´</li> <li>- Conocimiento y práctica de las diferentes modalidades de Lucha Olímpica.</li> <li>- Libre olímpica masculina y femenina.</li> <li>- Lucha grecorromana.</li> <li>- Sambo (modalidad no olímpica).</li> <li>- Actividades complementarias.</li> <li>- Resumen y Evaluación.</li> </ul>
Horario	<p>Dos sesiones 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.</p> <p>Jornada de mañana. De octubre a mayo.</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>

**Tabla 15.** Madrid azul - Vela

Participantes	Alumnos de Secundaria. Máximo 50 alumnos por centro.
Lugar de celebración	Centro de Vela Federación Madrileña de Vela. Embalse de San Juan.
Descripción	Contenido de la sesión: embarcar, aparejar, elementos de seguridad, salida, maniobras, gobierno de la embarcación, rotación de puestos, toma de boya, recogida y desembarco.
Horario	Abril, mayo y junio. De 10:00 a 14:00 h.
Coste de la actividad	20,00 € por alumno. Pago directo a la federación Madrileña de Vela.
Transporte	Por cuenta de la organización.
Sesiones	Una sesión de cuatro horas de duración.

**Tabla 16.** Madrid nieve

Participantes	Alumnos de 10 a 18 años.
Lugar de celebración	Sierra de Madrid e instalaciones de Xanadú en Arroyomolinos.
Fecha de celebración	De octubre a mayo.
Descripción	Ver todas las opciones bajo esta tabla.
Horario	De 09:30 a 15:00 h aproximadamente.
Coste de la actividad	Detallada bajo esta tabla.
Transporte	En todas las opciones, por parte del centro escolar.
Sesiones	Una sesión. La duración de la sesión dependerá de la actividad.

## Madrid Nieve

Programa de iniciación a los deportes de invierno y dirigido a los escolares madrileños de 10 a 18 años.

### Actividad 1: Esquí Alpino

Madrid Snowzone (Xanadú):

- Dos horas de clase con un monitor.
- Material incluido: ropa (chaqueta, pantalón y botas), esquís y casco.

### Actividad 2: Esquí Alpino

Puerto de Navacerrada:

- Tres horas de clase con un monitor.
- Material incluido: esquís y casco.

### Actividad 3: Freestyle.

Madrid Snowzone (Xanadú):

- Tres horas de clase con un monitor.
- Material incluido: esquís y casco.

#### Actividad 4: Snowboard.

Puerto de Navacerrada

- Tres horas de clase con un monitor.
- Material incluido: esquís y casco.

#### Actividad 5: “Días blancos”

Puerto de Navacerrada

- Dos días de actividad en la nieve con alojamiento y pensión completa en la Residencia de la Comunidad en el Puerto de Navacerrada.
- Tres días de actividad en la nieve con alojamiento y pensión completa en la “Residencia Navacerrada” de la Comunidad de Madrid en el Puerto de Navacerrada.

#### Actividad 6: Esquí de fondo.

Navafría

- Tres horas de clase con un monitor.
- Material incluido: esquís y casco.



#### Tabla 17. Montañismo/Escalada

Participantes	Alumnos de 4º de Secundaria y 2º de bachillerato (relacionado con la implantación del curriculum LOMCE). Máximo 25 alumnos por centro.
Lugar de celebración	Rocódromo de la M-30 Madrid Río
Descripción	Sesión teórico-práctica de iniciación a la escalada en rocódromo urbano. La jornada estará dirigida por técnicos de la Federación madrileña de Montañismo.
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Transporte	Por cuenta del centro escolar.
Sesiones	Una sesión. La duración de la sesión será de tres horas.

#### Tabla 18. Montañismo/Senderismo

Participantes	Alumnos de 1º de la ESO (LOMCE). Máximo 50 alumnos por centro.
Lugar de celebración	Rutas diseñadas por la Federación correspondiente por la sierra.
Descripción	Sesión teórico-práctica de iniciación al senderismo. La jornada estará dirigida por técnicos de la Federación madrileña de montaña.
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Transporte	Por cuenta del centro escolar.
Sesiones	Una sesión. La duración de la sesión será de tres horas.

**Tabla 19.** Orientación

Participantes	Alumnos de 5º y 6º de Primaria y 3º de Secundaria (relacionado con la implantación del curriculum LOMCE).
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	El programa consta de 2 sesiones divulgativas de este deporte: 1ª jornada: sesión teórico-práctica: Iniciación a la orientación, brújulas, mapas, etc. 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.
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Material deportivo	Se entregará gratuitamente al centro escolar participante en el programa, un paquete con material de orientación.
Sesiones	Dos sesiones, en diferentes días, con los mismos grupos de alumnos: La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos. 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. 2ª sesión: Carrera de orientación en el centro escolar o en un parque próximo.

**Tabla 20.** Patinaje sobre hielo

Participantes	Alumnos de 1º y 2º Primaria. 50 participantes por centro.
Lugar de celebración	Pistas de hielo de Majadahonda, Valdemoro y Leganés.
Descripción	Una sesión de iniciación al patinaje impartida por técnicos de la Federación madrileña de Patinaje sobre hielo: breve charla teórica sobre las características del deporte y normas de seguridad. Actividad práctica de iniciación.
Horario	De octubre a mayo. Jornada de mañana.
Coste de la actividad	Pago directo a la federación.
Transporte	Por cuenta del centro escolar.
Material deportivo	Los patines y protecciones serán proporcionados por la organización.
Sesiones	Una sesión. La duración de la sesión será de dos horas.

**Tabla 21.** Patinaje sobre ruedas

Participantes	Alumnos de 1º a 3º de primaria y 4º de ESO (relacionado con el currículum de la LOMCE).
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar si fueran adecuadas para la práctica del patinaje (en superficie y espacio) o en instalación que permita el patinaje situada próxima al centro.
Descripción	Dos sesiones: 1ª sesión: actividad teórico práctica. Presentación del deporte, modalidades. 2ª sesión: actividades prácticas de iniciación al patinaje.
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana. Dos sesiones de iniciación al patinaje de 3 horas ó 3 periodos de clase lectiva del centro. Dos sesiones con los mismos grupos de alumnos. Las sesiones se impartirán en días diferentes y próximos en el tiempo para favorecer la continuidad de la actividad.
Material deportivo	Material (patines y protecciones) serán proporcionados por la Federación, aunque aquellos alumnos que lo deseen, podrán hacer uso de su propio material. La Federación facilitará sesiones dentro de una Unidad Didáctica para su desarrollo en el centro.
Sesiones	Dos sesiones. 1ª sesión: Iniciación al Patinaje I. "Los primeros pasos..." Introducción teórica en aula. Desplazamiento a la zona de práctica y colocación del material. 2ª sesión: Iniciación al Patinaje II. Desarrollo de técnicas básicas del Patinaje. Iniciación al Patinaje III. Aplicación de las técnicas básicas del Patinaje; juegos y deportes. (La Federación facilitará sesiones dentro de una Unidad Didáctica para su desarrollo en el centro).

**Tabla 22.** Piragüismo Kayak Polo

Participantes	Alumnos de 5º y 6º de Primaria y Secundaria. Máximo: 50 alumnos por centro.
Lugar de celebración	Parque deportivo Puerta de Hierro.
Descripción	Los centros seleccionados desarrollarán una jornada de iniciación al kayak polo. - Incluye: todo el material necesario para la actividad.
Horario	Abril de 2018. Lunes a viernes. Jornada de mañana. Horario: 10:00 h-12:00 h. o de 12:00 h-14:00 h.
Transporte	Gratuito, por parte de la organización.
Sesiones	Programa: comprende la realización de una sesión en dos partes: - Teórica audiovisual: se celebrará en el aula del P.D. Puerta de Hierro. - Práctica: Piscina del Parque Deportivo Puerta de Hierro.

**Tabla 23.** RCP y primeros auxilios en el deporte

Participantes	Dirigido a alumnos de 5º de primaria a 1º de bachillerato.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	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.
Horario	De octubre a junio en jornada de mañana.
Sesiones	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.

**Tabla 24.** Remo

Participantes	Alumnos de Secundaria (tendrán prioridad los centros próximos a la base náutica). Máximo 50 alumnos por centro.
Lugar de celebración	Madrid Río (zona Legazpi)
Descripción	Dos sesiones. Participación: Colegios e IES con un máximo de 50 alumnos por centro (cada centro acude a 2 jornadas de 2 horas de duración cada una, con un máximo de 25 alumnos cada vez). Lugar de encuentro: en la instalación de Remo Madrid Río, situada a la Altura del km 6,8 de la vía peatonal – ciclista del Parque Madrid Río. Metro más cercano: Legazpi.
Horario	Abril de 2018. Lunes a viernes. Jornada de mañana. Dos horas cada sesión.
Transporte	Por cuenta del centro escolar.
Sesiones	La primera sesión consta de las siguientes partes: Una parte teórica (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> Parte práctica en tierra (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. La segunda sesión: Una práctica en el agua (1:00 h), donde los alumnos conocerán de primera mano las distintas embarcaciones de promoción: yoletas (embarcación individual) y yolas (4 deportistas más el timonel).

**Tabla 25.** Rugby

Participantes	Alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	<p>Un técnico de la Federación madrileña de Rugby se desplazará al centro escolar para desarrollar dos sesiones teórico-prácticas de iniciación al rugby.</p> <p>Dos sesiones con los mismos grupos de alumnos. Máximo 40 participantes.</p> <p>Las sesiones se impartirán en días diferentes y próximos en el tiempo para favorecer la continuidad de la actividad.</p> <p>Cada sesión abarcará 3 períodos lectivos.</p>
Horario	De enero a mayo.
Sesiones	<p>Dos sesiones.</p> <p>1ª Sesión:</p> <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> <p>2ª Sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recordatorio de las reglas del rugby cinta.</li> <li>- El juego de la Araña para volver a recordar el principio de avanzar y el quitar cintas.</li> <li>- Partidos de 5 minutos de duración con 4 equipos.</li> </ul>

**Tabla 26.** Salvamento y Socorrismo

Participantes	Alumnos de 5º y 6º de Primaria y 1º y 2º Secundaria.
Lugar de celebración	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.
Descripción	<p>Dos sesiones 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.</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>Constará de dos sesiones divulgativas del salvamento lúdico-deportivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parte teórica (45): charla con el apoyo de imágenes y videos donde se mostrará la diversidad del salvamento y socorrismo.</li> <li>- 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.</li> </ul> <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 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>
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Material deportivo	La Federación tras la finalización de 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.

**Tabla 27.** Tenis

Participantes	Alumnos de 1º, 2º, 3º y 4º de Primaria.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar.
Descripción	Sesión divulgativa de iniciación al mini-tenis impartida por técnicos de la Federación de Tenis de Madrid.
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Sesiones	<p>Dos sesiones 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.</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>Se realiza la actividad en un circuito, que consta de 4 ó 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> <p>En las estaciones 2, 3 y 4 ya se trabaja la técnica básica de los golpes de derecha y de revés, a través de los métodos y ejercicios antes mencionados.</p>

**Tabla 28.** Voleibol

Participantes	Alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Primaria.
Lugar de celebración	En las instalaciones del centro escolar con postes y red.
Descripción	<p>Dos sesiones, en diferentes días, con los mismos grupos de alumnos:</p> <p>Un técnico de la Federación madrileña de voleibol se desplazará al centro escolar para desarrollar dos sesiones teórico-prácticas de iniciación al voleibol en horario de mañana.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1ª sesión: proyección de un DVD divulgativo y charla teórica sobre las principales características del voleibol. Actividad práctica de iniciación.</li> <li>2ª sesión: actividad práctica.</li> </ol>
Horario	La duración de la sesión será de tres periodos lectivos, en cada uno de los cuales podrán asistir entre 30 y 35 alumnos.

**Tabla 29.** Waterpolo

Participantes	Alumnos de 4º y 5º de Primaria.
Lugar de celebración	Piscina del centro escolar.
Descripción	<p>Dos sesiones 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 asistir entre 30 y 35 alumnos.</p> <p>Sesión. Desarrollo de sesión:</p> <p>Teoría</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inicio del waterpolo.</li> <li>- Fundamentos básicos.</li> <li>- Reglamento básico.</li> </ul> <p>Agua</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estilos de natación modificados al waterpolo.</li> <li>- Patada de base.</li> <li>- Pases y recepciones.</li> <li>- Lanzamientos por grupos.</li> <li>- Juego no reglado.</li> </ul>
Horario	De enero a mayo. Jornada de mañana.
Material	Se entregará gratuitamente al centro escolar participante: balones de waterpolo y un manual de iniciación a este deporte.
Torneo	Esta actividad tendrá un torneo final en el cual podrán participar todos los centros interesados que hayan participado en el programa.

deporte



## capítulo 3

Actividades conjuntas



## Actividades conjuntas

**Tabla 30.** Billar + Tenis de mesa

Participantes	Alumnos de Secundaria. Máximo 50 alumnos por centro escolar.
Lugar de celebración	En las instalaciones de las Federaciones madrileñas en la calle del Payaso Fofó, 1.
Descripción	Una sesión de iniciación al billar y una de iniciación al tenis de mesa en instalación deportiva específica.
Horario	De enero a mayo. Jornada de 10:00 h a 14:00 h.
Transporte	Por cuenta del centro educativo.
Sesiones	<p>Una sesión de billar de dos horas de duración.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Charla teórica sobre las principales características del billar y las diferentes modalidades.</li> <li>- Actividad práctica de iniciación.</li> <li>- Contenido:             <ul style="list-style-type: none"> <li>· Durante la primera media hora se explica al alumno la historia de nuestro deporte, las diferentes maneras de jugar al billar y una exhibición de fantasía.</li> <li>· Durante la otra hora y media se enseña al alumno a jugar al billar con ejercicios dinámicos para un mejor entendimiento. Dicha enseñanza estará dirigida por cuatro monitores en siete mesas a razón de una media de cuatro alumnos por mesa.</li> </ul> </li> </ul> <p>Una sesión de tenis de mesa de dos horas de duración</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 15´ Parte Teórico - Práctica: Historia, material, técnicas, tácticas, tipos de efectos, reglamento básico, la mujer en el tenis de mesa y tenis de mesa para personas con discapacidad.</li> <li>- 15´ Forma de coger correctamente la raqueta, juegos para coordinar raqueta y pelota; toques, equilibrio, habilidad óculo-manual, mantener la pelota, pasar, relevos, rueda, etc...</li> <li>- 30´ Ejecución en la mesa de los diferentes tipos de golpes y técnica correspondiente.</li> <li>- 20´ Juego en la mesa utilizando el material con el que juegan las personas con discapacidad: jugar en silla de ruedas, con muleta, con brazo atado, con la boca, etc...</li> <li>- 10´ Juego libre en modalidad, individual, dobles y dobles mixtos.</li> <li>- 10´ Práctica de un arbitraje en un partido en sus diferentes situaciones de juego aplicando el reglamento.</li> <li>- 20´ Mini-Torneo individual, dobles, dobles mixtos y por equipos.</li> </ul>

**Tabla 31.** Pádel + Duatlón

Participantes	Alumnos de 5º y 6º de Primaria. Máximo 50 alumnos por centro.
Lugar de celebración	Parque Deportivo Puerta de Hierro.
Descripción	Una sesión de iniciación a estos deportes impartida por monitores de las Federaciones.
Horario	De enero a mayo. Jornada de 10:00 h a 14:00 h.
Transporte	Gratuito, por cuenta de la organización.
Sesiones	<p>Una sesión de pádel de dos horas de duración.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación o explicación teórica del deporte. Desarrollo de los fundamentos técnicos del deporte 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.</li> </ul> <p>Una sesión de duatlón de dos horas de duración.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parte teórica: Breve charla sobre las particularidades del deporte, modalidades, distancias, triatlétas, normativa, material.</li> <li>- Parte práctica: Cada participante será capaz de finalizar su propio duatlón.</li> </ul>

deporte



# capítulo 4

Programa Mañanas activas



## Programa Mañanas activas

**Mañanas Activas** es un programa de promoción deportiva, dirigido a los centros escolares, desarrollado y puesto en marcha por la **Dirección General de Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid**.

A quién va dirigido: al alumnado 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 participación en este programa no es compatible con la participación en otras actividades divulgativas, excepto en: Ciclismo, Espeleología, Golf, Escalada, Senderismo, Patinaje Hielo, Madrid Nieve y Madrid Azul.**

### Participantes:

40 a 50 alumnos/as por centro. Los centros tienen libertad para decidir qué alumnos van a asistir.

### Coste de la actividad:

Es gratuita. La Comunidad de Madrid correrá con todos los gastos tanto de transporte como de organización.

### Material necesario:

Ropa y calzado deportivo.

### Objetivos:

Realizar actividades físicas de forma recreativa y divulgativa en espacios al aire libre, practicando deportes no habituales. Incidir en aquellos centros que por sus características tienen mayor dificultad para acceder a programas de promoción.

### Lugar de celebración:

Parque Deportivo Puerta de Hierro (Madrid).

### Días de celebración:

Martes y jueves, de mayo y junio.

### Horario:

De 10:00 h a 13:00 h.

### Deportes que se incluyen:

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

### Desarrollo:

Cada mañana se realizarán bloques de tres horas de duración, divididos en franjas horarias de 1:00 h, en cada una de las cuales se practicaría un deporte. Cada centro pasaría por los tres deportes que se determinen en cada bloque.

### Días previstos de celebración:

mayo - junio.  
La asignación de días a cada centro se comunicará con la suficiente antelación.

Será **obligatoria** la **presencia** del **profesor de educación física** durante el desarrollo de la actividad. Él/ella 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 encuesta **será enviada** por la organización al profesor del centro que haya coordinado la actividad, quien deberá rellenarla, después de haber recogido las impresiones de sus alumnos.

### Inscripciones:

Se hará llegar la hoja de inscripción específica de la actividad, cumplimentada, al correo [mco@educa.madrid.org](mailto:mco@educa.madrid.org).

En la hoja de inscripción los centros educativos tendrán la posibilidad de pedir su preferencia de semana, siempre teniendo en cuenta que quedará supeditada a la organización general de la actividad.

**Tabla 32.** Divirtiéndose con el atletismo

Participantes	Alumnos de Secundaria.
Lugar de celebración	Instalaciones deportivas por determinar.
Descripción	<p>Desarrollo 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 celebrarán un día lectivo en horario de mañana.</p> <p>Los equipos masculinos y femeninos de los Centros Escolares según las marcas obtenidas, optan a la participación en el Campeonato de España Divirtiéndose con el Atletismo.</p> <p>Todos los alumnos que participen deberán ser dados de alta a través de los medios que se indicarán.</p>
Normativa e Inscripciones	La normativa se publicará en la web <a href="http://www.madrid.org/sumadeporte">www.madrid.org/sumadeporte</a> en el mes de noviembre y 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.
Transporte	Gratuito, por parte de la organización.

**Tabla 33.** Jugando al atletismo

Participantes	Alumnos de Primaria.
Lugar de celebración	Instalación deportiva por determinar.
Descripción	<p>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.</p> <p>Los equipos masculinos y femeninos de los Centros Escolares clasificados en primer lugar, podrán optar a la participación en el Torneo Nacional.</p>
Horario	De 10:00 a 13:00 h.
Normativa e Inscripciones	La normativa se publicará en la web <a href="http://www.madrid.org/sumadeporte">www.madrid.org/sumadeporte</a> en el primer trimestre del curso y 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.
Transporte	Gratuito, por parte de la organización.

**Tabla 34.** Natación

Participantes	<p>Alumnos matriculados en el centro educativo, de Primaria y Secundaria, repartidos en las siguientes edades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alevín.</li> <li>- Infantil.</li> <li>- Cadete.</li> <li>- Juvenil.</li> </ul>
Lugar de celebración	Centro de Natación M-86.
Descripción	<p><b>Campeonato de natación escolar de la Comunidad de Madrid:</b> jornada competitiva que se celebrará un sábado en horario de mañana. Está previsto que se celebre entre los meses de abril y mayo.</p> <p>A lo largo del curso escolar se comunicará con antelación la fecha exacta de celebración y el plazo de inscripción.</p>
Normativa e Inscripciones	Se publicará en <a href="http://www.madrid.org/sumadeporte">www.madrid.org/sumadeporte</a> la normativa específica de este Campeonato con las fechas, pruebas y proceso de inscripción.
Transporte	Gratuito, por parte de la organización.



MADRID COMUNIDAD OLÍMPICA es un programa de promoción deportiva, dirigido a los centros escolares, desarrollado y puesto en marcha por la Subdirección General de Programas Deportivos de la DIRECCIÓN GENERAL DE JUVENTUD Y DEPORTE DE LA COMUNIDAD DE MADRID.

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.

Consta de: treinta y cinco actividades divulgativas, dos competitivas y siete en el programa de nieve.



**Comunidad  
de Madrid**

Dirección General de Juventud y Deporte  
CONSEJERÍA DE CULTURA,  
TURISMO Y DEPORTES