

PROYECTO DEPORTIVO DE CENTRO CRA VALLE DEL LINARES



CURSO 2025/2026

Calle Mayor 201

26525 Igea, La Rioja

941 19 40 14

correo electrónico:

cra.valledellinares@larioja.edu.es

- 1. INTRODUCCIÓN**
- 2. RECURSOS**
 - 2.1 ALUMNADO**
 - 2.2 RECURSOS HUMANOS**
 - 2.3 INSTALACIONES**
- 3. OBJETIVOS**
- 4. PLAN DE ACTUACIÓN**
 - 4.1 ACTIVIDADES FÍSICAS DEPORTIVAS Y NO DEPORTIVAS ESCOLARES**
 - LA PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA**
 - PATIOS DINÁMICOS**
 - SAN SILVESTRE ESCOLAR**
 - JORNADAS INTERCRAS**
 - JORNADA DE CONVIVENCIA CON EL CRA ALHAMA**
 - 4.2 ACTIVIDADES FÍSICAS DEPORTIVAS Y NO DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES**
 - MULTIDEPORTE**
 - USO DE LAS INSTALACIONES ESCOLARES**
- 5. EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**

1. INTRODUCCIÓN

Con el fin de regular todas aquellas actividades físico-deportivas que se llevan a cabo en las instalaciones del centro, tanto en horario escolar como extraescolar, surge la creación del presente documento, el Proyecto Deportivo de Centro (PDC).

La Educación Física en las etapas de Infantil y Primaria es fundamental para el desarrollo motor, pero su impacto en el horario escolar va mucho más allá del ejercicio. Actúa como un catalizador del rendimiento académico: la evidencia científica confirma que el movimiento físico mejora la plasticidad cerebral, la concentración y la memoria.

Sin embargo, en el entorno rural, el horario extraescolar cobra una relevancia crítica. Ante la dispersión geográfica y, en ocasiones, la escasez de oferta deportiva privada, el centro educativo debe posicionarse como un centro deportivo integral. Fomentar el deporte fuera de las horas lectivas garantiza que nuestros alumnos tengan las mismas oportunidades de desarrollo que aquellos en entornos urbanos, combatiendo el sedentarismo y ofreciendo una alternativa de ocio saludable y estructurada.

La implementación de este centro deportivo educativo se justifica por los múltiples beneficios que aporta a los niños y niñas de nuestro CRA:

1. Desarrollo Físico y Salud: Prevención de la obesidad infantil y mejora de las capacidades cardiovasculares y coordinativas en edades tempranas.
2. Bienestar Emocional: El deporte es una herramienta poderosa para la gestión del estrés, la mejora de la autoestima y el fomento de una actitud positiva ante los retos.
3. Socialización y Valores: En un entorno de secciones rurales pequeñas, el deporte une. Fomenta el trabajo en equipo, el respeto, la tolerancia y el sentido de pertenencia a una comunidad que trasciende su propia localidad.
4. Hábitos de Vida Saludables: La creación de una rutina deportiva sólida en la infancia es el predictor más fiable de un adulto activo y sano.

Dadas las características de nuestro centro, este proyecto busca optimizar los recursos disponibles, convertir los patios y espacios municipales en lugares de encuentro y asegurar que cada alumno, independientemente de la distancia entre su hogar y la escuela, acceda a una formación física de calidad. Entendemos el deporte no solo como competición, sino como una herramienta educativa esencial para formar personas íntegras, sanas y conectadas con su entorno.

2. RECURSOS

2.1 Alumnado

El alumnado es el principal protagonista del proyecto, debemos tener en cuenta las características y peculiaridades de todos ellos. Teniendo en cuenta que son pueblos con pocos habitantes y con unas posibilidades de ocio y deportivas menores que en una ciudad o pueblo de mayores características. A continuación, adjuntamos la imagen del número de alumnos por localidad y curso escolar.

AGRUPAMIENTO DEL ALUMNADO 2025-2026													
C.R.A. VALLE DEL LINARES													
	0a	1a	2a	3a	4a	5a	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP	TOTAL
CORNAGO	0	0	2	1	1	1	0	0	1	1	1	0	8
GRÁVALOS				0	1	1	0	4	2	3	1	1	13
IGEA				4	2	1	5	3	7	4	0	6	32
RINCÓN DE O.				3	4	1	3	4	7	6	6	4	38
TOTAL	0	0	2	8	8	4	8	11	17	14	8	11	91

2.2 Instalaciones

Las instalaciones son el lugar donde se desarrollarán la mayoría de las actividades deportivas. Pasamos a describir brevemente cada una de ellas por localidad.

Cornago

El edificio consta de una planta. En esta planta está el aula de 0-2 años, aula de Educación Infantil y Primaria, sala de informática, sala de profesores, sala de multiusos, y aseos.

El patio de recreo está vallado con espacios abiertos y huerto escolar. Al lado están las pistas deportivas y el frontón del pueblo, donde se imparten las clases de Educación Física.

Grávalos

El edificio consta de dos plantas. La primera está destinada al aula de Infantil y Primaria, un despacho, y aseos. La segunda planta es de un aula de Primaria para las áreas de inglés y música.

El patio del recreo tiene dos porches, las clases de educación física se imparten en el frontón municipal.

Igea

El edificio consta de dos plantas. La primera está destinada al aula de Infantil (3-6 años), aula de 5º/6º Educación Primaria, aula de inmersión lingüística, almacén de Educación Física, un pequeño almacén, y aseos. En la segunda planta están las aulas de 1º/2º de Educación Primaria, 3º/4º Educación Primaria, sala de profesores, sala de informática, despacho de Dirección, despacho de Jefatura de Estudios, aula de Orientación/Audición, y aseos.

El patio de recreo tiene una pista deportiva y una zona para Educación Infantil con columpios y toboganes. Al lado del colegio está el frontón de pueblo donde se imparten las clases de Educación Física.

Rincón de Olivedo

El edificio consta de una planta destinada al aula de Infantil (3-6 años), aula de 1º/2º Educación Primaria, aula de 3º/4º Educación Primaria, aula de 5º/6º Educación Primaria, aula de PT, sala de informática, despacho de Dirección, aula de Psicomotricidad, y sala de profesores.

De manera contigua al colegio se encuentra ubicado el polideportivo municipal de reciente construcción donde se imparten las clases de educación física.

Y tiene también unas pistas de pádel adyacentes.

2.3 Recursos humanos

Con el fin de que todos trabajemos en la medida de lo posible en una misma línea existe en nuestro centro la figura de “coordinador deportivo”, representada durante este año 2025-26 por Iván Ochoa Martínez, maestro de Educación Física del centro en los pueblos de Cornago, Grávalos e Igea, el cual asumirá las funciones descritas en las bases del proyecto. Al igual que Mario Corral, maestro de educación física en Rincón de Olivedo que también asumirá dichas funciones.

Por último, también cabe mencionar al equipo directivo el cual ha apostado por la participación en el proyecto y al resto del profesorado, los cuales se encuentran en el día a día de los alumnos y, por lo tanto, serán los encargados de participar en la mayoría de actividades.

3. OBJETIVOS

1. Incrementar el tiempo de actividad física en horario escolar y extraescolar.
2. Proponer alternativas deportivas de ocio saludable dentro y fuera del horario escolar.
3. Desarrollar competencias socioemocionales.
4. Mejorar la convivencia entre el alumnado.
5. Consolidar hábitos de vida activos y sostenibles en la comunidad.
6. Prevenir el sedentarismo y la obesidad infantil.
7. Favorecer el desarrollo integral del alumnado.

4. PLAN DE ACTUACIÓN

4.1 Actividades físicas deportivas y no deportivas escolares

La programación de educación física

La asignatura de educación física es el eje principal para promover el deporte y la salud, es por ello que se realiza una temporalización a través de los diferentes cursos con unidades didácticas variadas, centradas en aspectos más globales en los primeros cursos de la etapa y que van siendo más específicas a lo largo que se va avanzando, proponiendo diferentes unidades didácticas deportivas como atletismo, baloncesto, twincon, floorball o juegos de palas y raquetas. A continuación, dejamos una tabla con la progresión didáctica a seguir durante los cursos.

TEMPORALIZACIÓN PRIMER CICLO

UD Nº	CONTENIDO	NºSES	FECHA
1	Juegos cooperativos y dinámicas de cohesión	6	9-21 sep
2	Esquema corporal	6	22 sep-5 oct
3	Lateralidad	6	6 oct-19 oct
4	Equilibrio	9	20 oct-9 nov
5	Espacio y tiempo (ritmos)	9	10 nov-1 dic
6	Hábitos saludables	9	1 dic 19 dic
7	Desplazamientos	6	8-26 ene
8	Saltos	6	26 ene- 9 feb
9	Giros	6	9 feb- 22 feb
10	Lanzamientos	6	23 feb 8 marzo
11	Juegos con material alternativo	9	9-29 marzo
12	Expresión corporal	9	8-26 abril
13	Juegos tradicionales	9	27 abr-17 may
14	Juegos en el entorno natural y orientación	12	18 may- 14 junio

TEMPORALIZACIÓN SEGUNDO CICLO

UD Nº	CONTENIDO	NºSES	FECHA
1	Juegos cooperativos y dinámicas de cohesión	9	9-28 sept
2	Espacio y tiempo	9	29 sept-19 octu
3	Habilidades básicas y genéricas	12	20 oct- 17 nov
4	Combas	9	17 nov-15 dic
5	Salud: Alimentación saludable	6	8-25 ene
6	Juegos cognitivos	9	25 ene-15 feb
7	Juegos predeportivos	9	16 feb-8 mar
8	Juegos alternativos	9	9-29 marzo
9	Expresión corporal	9	8-26 abril
10	Juegos tradicionales (mundo)	9	27 abril-17 mayo
11	Juegos en el entorno natural/ orientación y bici	12	18 mayo 14 junio

TEMPORALIZACIÓN TERCER CICLO

UD Nº	CONTENIDO	NºSES	FECHA
1	Juegos cooperativos y dinámicas de cohesión	6	9-28 sept
2	CFB	6	29 sept-19 octu
3	Iniciación al atletismo	8	20 oct- 16 nov
4	Baloncesto y rythim basket	8	17 nov- 15 Dic
5	Salud: Alimentación saludable	4	8-25 ene
6	Raquetas	6	25 ene-15 feb
7	Floorball y ritmos	6	16 feb-8 mar
8	Juegos del mundo	6	9-29 marzo
9	Twincon	6	8-26 abril
10	Juegos con material reciclado y autoconstruido	6	27 abril-17 mayo
11	Juegos en el entorno natural /orientación /bici	8	18 mayo 14 junio

Patios dinámicos

Desde hace varios años lleva desarrollándose en el centro educativo el proyecto de Patios Dinámicos que tienen como objetivo ofrecer a los alumnos distintas opciones lúdicas y deportivas durante el tiempo del recreo. Uno de los objetivos principales del proyecto es mejorar la convivencia en este espacio que tradicionalmente ha estado centrado en el fútbol, acarreando conflictos y discusiones.

Se establece una organización semanal de los juegos y deportes que realizamos cada día, en el horario de recreo, y son los propios alumnos los que preparan el material y la actividad con la animación del maestro de Educación Física.

Durante este curso la distribución semanal, se realiza de forma que cada día de la semana se realiza un tipo de actividad diferente, y cada mes van cambiando los juegos y los materiales, tal y como se puede observar en la siguiente imagen.

PATIOS DINÁMICOS

- LUNES** → **Elige tus juegos:** En clase de EF se elegirán los juegos para jugar en 2 grupos: 1º-2º y 3º-6º.
- MARTES** → **Jugamos todos juntos:** Realizaremos 2 grupos internivel que se mantendrán trimestralmente y practicaremos diferentes juegos propuestos por el profesorado.
- MIÉRCOLES** → **Día del material:** Se prestará material para jugar durante el recreo en 2 grupos: 1º-2º y 3º-6º.
- JUEVES** → **Juegos tradicionales:** Propondremos diferentes juegos tradicionales por los que se irá rotando semanalmente. Los alumnos se agruparán por ciclos.
- VIERNES** → **Día libre:** Trae tu material de casa y elige a lo que jugar.

FEBRERO					
S	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
S1	1º y 2º: -Cocodrilo Dormilón 3º a 6º: -Cadeneta -Zorros, gallinas y serpientes	Semanas 1, 3 y 5 -G1: Carreras de plataformas deslizantes -G2: La araña Semanas 2 y 4 -G1: La araña -G2: Carreras de plataformas deslizantes	1º y 2º: -Aros -Frisbees 3º a 6º: -Mazaball -Pelotas y conos	Juegos tradicionales: -Juegos de suelo: chapas y rayuela. -Juegos de lanzamiento: Digo digo/Pies quietos -Juegos de persecución: Comecocos	LIBRE
S2					
S3					
S4					
S5					



Los días de lluvia se practicarán juegos de mesa, just dance y juegos de pintar y manualidades

Además, se realizan equipos de patio formados por los alumnos, para sacar y recoger el material, gestionar los conflictos, ver que no se quede nada al finalizar el recreo, sacar y recoger las papeleras.

Carrera San Silvestre escolar

En el último día de clase del primer trimestre, uno de los eventos programados dentro del festival de invierno fue la San Silvestre escolar, la cual se llevó a cabo en todas las localidades.

Consistía en una carrera por las calles del pueblo en la que participaron alumnos familias y profesorado, fue un momento de diversión y actividad física que culminó con la entrega de medallas y diplomas a los protagonistas.



Jornadas Intercras

Una de las actividades deportivas más icónicas e importantes del curso son las jornadas de intercra, en la cual todos los CRAs de la Rioja Baja nos juntamos en una localidad (Arnedo) y los alumnos disfrutan de 4 modalidades deportivas en cada una de ellas.



JUEGOS DEPORTIVOS DE LA RIOJA 2025/26

JUEGA DEPORTE, **CRECE** VALORES, **GANAN** SALUD

Practicar deporte ayuda al desarrollo de **hábitos saludables**, la mejora de la **integración social** y el **fomento de la igualdad**.
Si has nacido entre el 2007 y el 2019, **ánimate**.

35 deportes para elegir.
Descubre el tuyo

INTERCRA

Jornada	Ciclo	Fecha	Modalidades
1ª	Tercero	Octubre	Boxeo Tenis Balonmano Ultimate
2ª	Segundo	Marzo	Minibasket Tenis Judo Boxeo
3ª	Tercero	Abril	Orientación Natación Padel Kárate

Jornada de convivencia con el CRA Alhama

El día 27 de marzo se celebrará la habitual jornada de convivencia con el CRA Alhama. En esta ocasión todos los alumnos de ambos colegios acudirán a la localidad de Igea para realizar una jornada que busca fomentar valores de convivencia y mejorar las relaciones entre el alumnado.

Durante este día nos dividiremos en 3 grupos (infantil, primaria de 1º a 3º y primaria de 4º a 6º). Cada uno de ellos realizarán diferentes juegos y actividades para favorecer la cohesión del alumnado. Muchas de estas actividades son de carácter lúdico y motriz con juegos como el tres en raya, el bolabanco, retos cooperativos motrices o juegos con paracaídas.

4.2 Actividades físicas deportivas y no deportivas extraescolares.

Se lleva a cabo el PROA+ (Programa para la Orientación, Avance y Enriquecimiento Educativo) con su programa multideporte.

Lo imparte la academia bilingüe CASTLE.

Actividades PROA+ 2025-2026

Multideporte



¿Para quién es?

Alumnado de 1º/2º PRIMARIA

¿En qué consiste?

Hacer deporte en grupo

¿Quién lo imparte?

La academia bilingüe CASTLE
(Alfaro)

También las instalaciones deportivas (polideportivos), así como el patio escolar del centro, y las pistas de pádel adyacentes están disponibles para el uso del alumnado en horario extraescolar ya que son instalaciones municipales gestionadas por el ayuntamiento de la localidad y suelen estar abiertas para su uso.

El resto del alumnado acude a empresas o entidades privadas, clubes de fútbol, de gimnasia rítmica, de ajedrez en localidades cercanas.

5. EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

Al finalizar el curso se hace una evaluación exhaustiva del desarrollo de las actividades físico-deportivas desarrolladas a lo largo del curso académico 2025/2026.

Se obtiene información del alumnado, de las familias, de los profesores implicados y el resto de la comunidad educativa.

Toda esta evaluación, nos permite seguir mejorando de cara al curso siguiente y tratando siempre de mejorar los resultados académicos y deportivos con los recursos de los que se dispone en esta tipología de centros rurales.