



PROYECTO DEPORTIVO DE CENTRO



CURSO 2025-2026



ÍNDICE

IMPORTANCIA OTORGADA POR EL CENTRO EDUCATIVO AL DEPORTE, E.F. Y SU RELACIÓN CON LOS JJ.DD. DE LA RIOJA.....3

Introducción.....	3
Datos del centro.....	4
Datos del coordinador del PDC.....	4
Vinculación del P.D.C. con el P.E.C.....	5
Vinculación del PDC con las competencias.....	5
Objetivos del PDC.....	7
Recursos disponibles.....	7
Humanos.....	7
Instalaciones, materiales y espacios informativos deportivos.....	8
Deportes y actividades físicas incluidas en las programaciones.....	10

FOMENTO DEL HÁBITO DEPORTIVO..... 11

Actividades físicas deportivas y no deportivas extraescolares.....	11
Actividades Extraescolares.....	11
Campañas deportivas.....	11
Club Strava.....	11
Carrera solidaria.....	12
Día mundial de la Educación Física en la calle.....	12
Actividades físicas deportivas y no deportivas escolares.....	13
Recreos Activos.....	13
Masterclasses.....	13
Kids League.....	14
Semana del deporte en el Sagrado Corazón.....	16
Competiciones deportivas “La Milagrosa”.....	17
Actuaciones de formación relacionadas con el ejercicio físico y el deporte.....	18
Trivial Deportivo.....	18
Infografías.....	19
Talleres de material reciclado.....	19
Escuela de padres.....	20
Actuaciones de formación relacionadas con la diversidad funcional en el deporte.....	20
El deporte es diverso.....	20
Acuerdos deportivos.....	21
Grado de implicación de los alumnos con el ejercicio físico y el deporte.....	22

IMPORTANCIA OTORGADA POR EL CENTRO EDUCATIVO AL DEPORTE, E.F. Y SU RELACIÓN CON LOS JJ.DD. DE LA RIOJA

Introducción

En el presente documento, se va a establecer el Proyecto Deportivo de Centro, en adelante P.D.C., del Colegio Sagrado Corazón de Jesús de Arnedo (La Rioja).

Este, se incluirá el Proyecto Educativo de Centro (en adelante P.E.C.), como una forma de organizar y sistematizar el plan de fomento del deporte y la actividad física realizada por los alumnos en el colegio y fuera de él.

De esta forma, se vuelve a participar en un proyecto que, durante el curso pasado tuvo una gran acogida y unos grandes resultados y que en el presente curso tratará de seguir aumentando y mejorando la participación de los alumnos en actividades físicas, así como continuar inculcando unos valores que se consideran muy importantes para su formación integral.

Con el documento, lo que se pretende es plasmar las intenciones en relación a la promoción del deporte y la actividad física que se fijan en el centro, marcar la línea educativa y los valores que van a orientar la labor que se realice, sistematizar la organización, los recursos materiales y humanos destinados a tales fines para crear así con todo un instrumento operativo, capaz de evaluar las acciones pasadas y presentes y orientar las modificaciones futuras.

Datos del centro

Nombre del centro	Sagrado Corazón de Jesús	Localidad	Arnedo (La Rioja)
Teléfono	941380226	Web	scarnedo.org
Dirección	Avenida de los Reyes Católicos, 47. CP: 26580		
Correo electrónico	secretaria@sagradocorazonarnedo.org		
Tipo de enseñanza que se imparte, líneas del centro y alumnos matriculados			
Líneas por etapa	Educación Infantil	Educación Primaria	Educación Secundaria Obligatoria
2	108	249	196

Datos del coordinador del PDC

Nombre	Javier Ruiz Arpón
Cargo que desempeña	Maestro y profesor de Educación Física
Correo electrónico	javier@sagradocorazonarnedo.org
Teléfono	617909283

Vinculación del P.D.C. con el P.E.C.

El centro está comprometido con la promoción del deporte y la actividad física como un medio de creación de hábitos de vida saludable.

Del mismo modo, se fomenta la realización de actividad física desde la perspectiva de un aprendizaje de valores tales como la cooperación con el compañero, el respeto a todos los participantes de la actividad y a los elementos que la rodean y la ayuda e integración al que lo necesita.

De esta forma, el P.D.C. quedará incluido en el P.E.C. y recogido en la Programación General Anual.

Vinculación del PDC con las competencias

Competencia en comunicación lingüística: Se desarrollará desde todos los intercambios comunicativos que se produzcan en las distintas actividades, donde la interacción con los compañeros y rivales deberá enmarcarse en el ámbito de la deportividad.

Competencia plurilingüe: Se trabajará desde la utilización de términos en otras lenguas relacionados con las distintas modalidades físico-deportivas que se practiquen.

Competencia matemática y en ciencia, tecnología e ingeniería: Se desarrollarán estas competencias en el cálculo de puntuaciones, creación de cuadros de torneos...

Competencia digital: Se realizará con alumnos de 6.º Educación Primaria la grabación y montaje de vídeos o fotos. También se fomentará el uso de la web del colegio y las redes sociales para visionar los reportajes creados.

Competencia personal, social y de aprender a aprender: Se pondrá en liza constantemente dado que las dinámicas contribuirán al establecimiento de unos hábitos de vida saludables para los alumnos tanto para el presente como para el futuro.

Del mismo modo, las competiciones brindarán una oportunidad única para trabajar valores como el cumplimiento de las reglas y el respeto a todos los miembros de las actividades.

Competencia ciudadana: Se desarrollará desde el fomento de una serie de valores democráticos propios de las competiciones y sus reglas, priorizando el respeto como pilar fundamental de una convivencia cívica.

Competencia emprendedora: Se potenciará el desarrollo de esta competencia al abrir el proyecto a la instauración de diversas dinámicas que los alumnos puedan pensar que pueden ser positivas para su desarrollo.

Competencia en conciencia y expresiones culturales: Se trabajará desde el conocimiento y respeto a las distintas actividades más arraigadas en unas u otras culturas.

Objetivos del PDC

- Promocionar el deporte y los hábitos saludables entre nuestros alumnos.
- Educar en la forma de competir.
- Aprender a disfrutar de un ocio activo.
- Potenciar las relaciones con los compañeros.
- Mejorar las aptitudes motrices y el conocimiento sobre deportes y actividades físicas.
- Desarrollar la cooperación, la autosuperación, la resiliencia como valores fundamentales para la vida.

Recursos disponibles

Humanos

Persona	Cargo	Función
Javier Ruiz Arpón	Profesor y Maestro de Educación Física	Dinamizador del proyecto
Sonia Solana Puerta	Maestra de Educación Física	Dinamizadores de las distintas actividades
Jorge Herce Gutiérrez	Maestro de Educación Física	
Orlando Fernández Pascual	Profesor de Educación Física y Director	Supervisor del proyecto

Instalaciones, materiales y espacios informativos deportivos

Para la puesta en práctica de competiciones u otras dinámicas, el centro cuenta con un pabellón de uso polideportivo, dos pistas polideportivas al aire libre y una cancha de baloncesto.

Del mismo modo, se va a utilizar la biblioteca para otro tipo de deportes como el ajedrez.

Para el desarrollo de las actividades, el centro cuenta con un material variado que permite realizar un gran abanico de ellas.

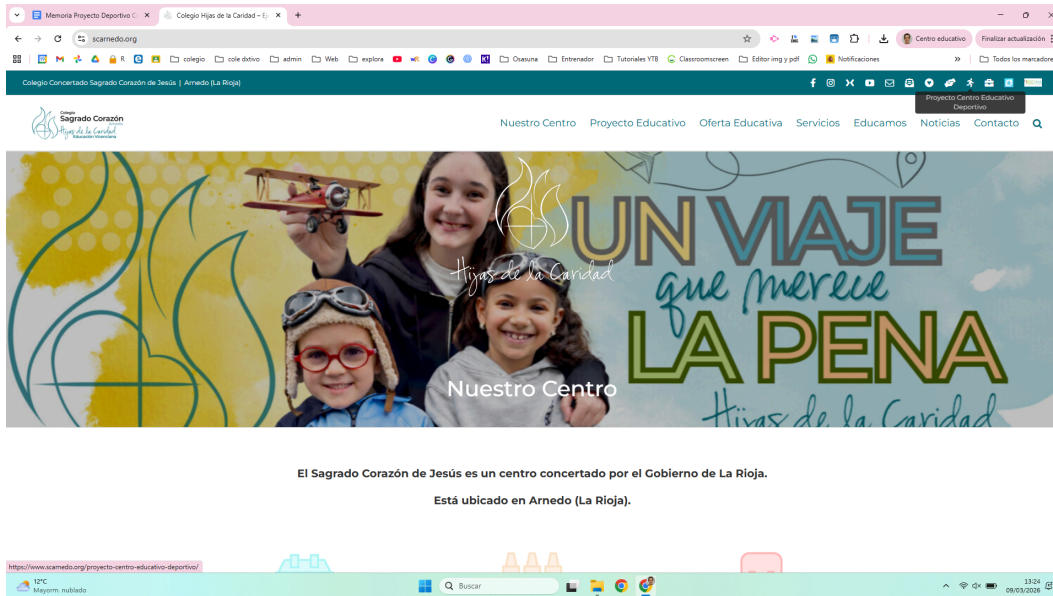
Por último, se va a contar con dos espacios informativos para facilitar la coordinación y difusión del proyecto.

De esta manera se usará un corcho como panel informativo físico y un apartado de la web como lugar de alojamiento de informaciones y como un banco de imágenes y vídeos de lo realizado en el proyecto, así como el lugar donde quedará expuesto el presente documento.

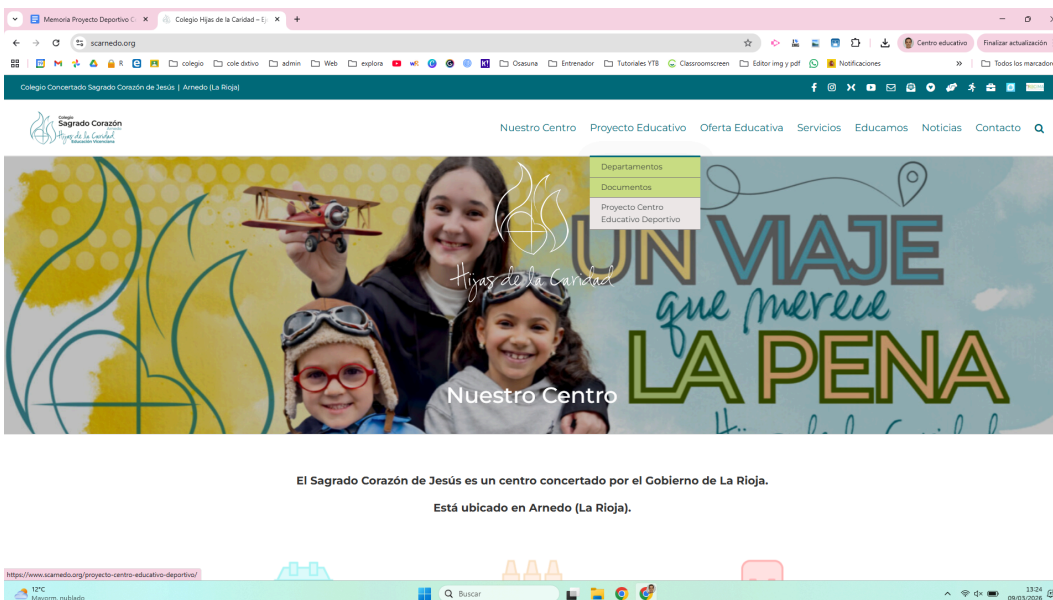
<https://www.scarnedo.org/proyecto-centro-educativo-deportivo/>



Entre los iconos de la parte superior de la pantalla, hay uno (muñeco corriendo) que lleva directamente al P.D.C.



En la parte superior de la web, en el apartado “Proyecto Educativo”, hay un enlace directo al P.D.C.



Deportes y actividades físicas incluidas en las programaciones

Cursos	Unidades de Programación + Imágenes y su enlace
1.º ESO	☰ UD 3 - Atletismo
1.º ESO	☰ UD 4 - Fútbol
1.º ESO	☰ UD 5 - Bádminton
1.º ESO, 4.º ESO	☰ UD 6 - Voleibol , UD 5 - Voleibol
1.º ESO	☰ UD 7 - Pelota Mano
2.º ESO, 4.º ESO	☰ UD 3 - Pádel , UD 8 - Pádel
2.º ESO, 3.º ESO	☰ UD 4 - Baloncesto , UD 5 - Baloncesto
2.º ESO	☰ UD 5 - Tenis de mesa
2.º ESO, 3.º ESO	☰ UD 6 - Balonmano , UD 7 - Balonmano
2.º ESO	☰ UD 9 - Orientación

FOMENTO DEL HÁBITO DEPORTIVO

Actividades físicas deportivas y no deportivas extraescolares

Actividades Extraescolares

En este curso 25-26 en el centro se están desarrollando dos actividades extraescolares relacionadas con la actividad física y el deporte.

Ambas están gestionadas por el centro y dirigidas por un miembro de la Comunidad Educativa del colegio.

Estas actividades son “Movi Brain” y “Combat Games”.

Movi Brain tiene como objetivo ayudar al óptimo desarrollo del cerebro y todo el sistema nervioso a través del movimiento y del ejercicio físico, usando para ello juegos y actividades motrices infantiles basadas en la evidencia científica.

Combat Games pretende realizar una aproximación a los deportes de lucha desde la adquisición de los valores implícitos en estos deportes hasta el aprendizaje de patrones de movimiento propios de los combates.

Campañas deportivas

Club Strava

Otro año más sigue activo el **Club Strava “Sagrado Corazón Arnedo”**.

De esta forma, seguimos promoviendo la inclusión en él de los alumnos que estén interesados en compartir sus actividades físicas como una forma de crear una comunidad de deportistas que fomente un hábito de vida tan saludable como realizar actividad física.

También lo estamos usando para registrar tareas que realizamos en el entorno (salidas en bicicleta, carreras de orientación)...

Carrera solidaria

Este curso hemos realizado nuestra duodécima edición de la **Carrera Solidaria** en la cual reunimos a todos los alumnos del centro para realizar una carrera por curso que ayude a recaudar fondos en el día mundial de la infancia.

Día mundial de la Educación Física en la calle

Otro año más participaremos en el **Día de la Educación Física en la calle**, que este año cumple su decimosexta edición y que se celebrará el 16 de abril de 2026.

Bajo el lema: «EF 2.0: Moviendo cuerpos, conectando mentes», se resume esta realidad: moverse hoy implica también pensar, interpretar y protegerse en un entorno donde el cuerpo puede ser observado, cuantificado, comparado o incluso distorsionado.

Nuestro centro se unirá a esta iniciativa para trasladar a los alumnos la importancia de entender esta nueva realidad.

Actividades físicas deportivas y no deportivas escolares

En este curso 25-26 en el centro se están desarrollando distintas dinámicas para favorecer el establecimiento de unos hábitos de ocio activo.

Recreos Activos

Durante el periodo de los recreos, en el gimnasio se establece una actividad mensual y los alumnos del curso al que le toca ese día utilizar ese espacio, tienen la opción de participar.

De esta forma, tanto la línea A como la B, pueden disfrutar de tareas o juegos de las distintas modalidades.

En concreto este curso se han van a desarrollar los siguientes deportes.

MES	DISCIPLINA	MES	DISCIPLINA	MES	DISCIPLINA
Octubre	Pelota mano	Enero	Badminton	Abril	Rugby
Noviembre	Baloncesto	Febrero	Hockey	Mayo	Voleibol
Diciembre	Atletismo	Marzo	Pádel	Recreos Activos	

Masterclasses

También en el recreo, se habilita otra zona para que los alumnos puedan disfrutar de unas actividades guiadas por profesores y alumnos expertos que hacen las veces de profesores.

Así, se dan a conocer actividades que quizás requieran un seguimiento un poco más individualizado para aprenderlas.

De esta manera, este curso hemos llevado a cabo, junto con los alumnos colaboradores, masterclasses de baile y de ajedrez.



Kids League

TRIMESTRE	DEPORTE
Primero	Pelota mano
Segundo	Baloncesto
Tercero	Atletismo

Con la intención de abordar el deporte desde la perspectiva de la competición, y educar a partir de ella, en cada trimestre se va a realizar una liga de un deporte distinto.

Las normas del deporte van a ser acordadas por los alumnos al principio del trimestre. De esta forma, todos se comprometen a cumplir esas reglas.

Del mismo modo, esta generación de normas podrá dar circunstancias curiosas como: “Solo se puede jugar con la mano no dominante”, “Hay una canasta extra”, “Todos los jugadores tienen que tocar el balón para que valga el gol”. Para ello, los

equipos podrán utilizar las “cartas” que les hayan tocado al inicio del partido.

Por otro lado, los alumnos competirán contra los alumnos de la otra línea y tras cada partido, la puntuación se añadirá a una doble clasificación, la del curso y la de la línea correspondiente.

DEPORTE	FECHA	EQUIPO 1	EQUIPO 2	RESULTADO
Pelota mano	17-11-25	Emparejados	Los pelotaris	22-15

Al final de trimestre, se hará un recuento general de puntos entre las líneas de los siguientes cursos. A modo de ejemplo, en la siguiente tabla se puede ver cómo se irían recogiendo los puntos obtenidos en los distintos partidos.

CLASIFICACIÓN GENERAL KIDS LEAGUE - FÚTBOL			
CURSO	PUNTOS APORTADOS	TOTAL PUNTOS CURSO	TOTAL PUNTOS LÍNEA
1.º A	1	4	7
1.º A	3		
2.º A	3	3	
2.º A	0		
1.º B	1	1	4
1.º B	0		
2.º B	0	3	
2.º B	3		

Semana del deporte en el Sagrado Corazón

Con la intención de promocionar el deporte y la actividad física en el colegio y con el fin de aumentar las posibilidades de que los alumnos se animen a añadir alguna actividad físico-deportiva a sus hábitos de vida diarios, máxime en un momento en el que se realizan inscripciones para las distintas modalidades ofertadas en la Comunidad, en el colegio realizamos unas jornadas deportivas para todos los alumnos.

De esta manera, compitiendo por cursos y líneas los alumnos participan en las siguientes actividades:

Cursos y días	Actividad	Lugar	Duración de la tarea
1.º, 2.º, 3.º EP (22-9-25)	Pelota Mano	Gimnasio	30´ cada una
	Fútbol Sala	Pista amarilla	
	Atletismo	Pista azul	
4.º, 5.º y 6.º EP (23-9-25)	Hockey	Pista amarilla	
	Balonmano	Pista azul	
	Voleibol	Gimnasio	
1.º, 2.º, 3.º y 4.º ESO (24-9-25)	Baloncesto	Pistas amarilla y azul	Semifinales, final y tercer y cuarto puesto (30´/partido)

Competiciones deportivas “La Milagrosa”

Con motivo de la celebración de la patrona de nuestro colegio, realizamos unas actividades deportivas que acogen a todos los alumnos del centro.

De esta manera, compitiendo por cursos y líneas los alumnos participan en las siguientes actividades:

Cursos y días	Actividad	Lugar	Duración de la tarea
1.º, 2.º, 3.º EP (26-11-25)	Hockey	Pista amarilla	30´ cada una
	Balonmano	Pista azul	
	Voleibol	Gimnasio	
4.º, 5.º y 6.º EP (27-11-25)	Pelota Mano	Gimnasio	
	Fútbol Sala	Pista amarilla	
	Atletismo	Pista azul	
1.º, 2.º, 3.º y 4.º ESO (28-11-25)	Rugby	Pistas amarilla y azul	Semifinales, final y tercer y cuarto puesto (30´/partido)

Actuaciones de formación relacionadas con el ejercicio físico y el deporte

Un apartado muy importante de la promoción del deporte es la formación. Con ella se consigue que los alumnos amplíen sus conocimientos, sientan curiosidad por cosas que desconocían, entiendan los motivos por los que suceden las cosas...

Por eso, este curso hemos querido contar con la presencia de distintos profesionales en varios ámbitos.

Además de ello, se han realizado varias dinámicas para aumentar el conocimiento relativo a la actividad física y el deporte:

Trivial Deportivo

Dentro de nuestro proyecto para dar a conocer el deporte y la actividad física, volvemos a poner en liza una iniciativa que permita a los alumnos ampliar sus conocimientos, descubrir nuevos deportistas o disciplinas, aprender hitos, marcas, clasificaciones, estar al día de la actualidad del deporte...

De esta forma, hemos adaptado el juego de mesa “Trivial Pursuit” y lo hemos convertido en un “Trivial Deportivo” donde cada semana se establece una nueva pregunta y los alumnos pueden contestarla dejando su respuesta en el buzón habilitado para tal efecto.

Con esas respuestas se va estableciendo una clasificación general y al final de cada trimestre, los alumnos que hayan

participado con asiduidad obtienen una recompensa que en este caso y siguiendo con la línea del proyecto, es una participación en una actividad física nueva, con una sesión de fotos y vídeos para tener recuerdo de ella.

Infografías

También con la idea de buscar la difusión de distintos contenidos relacionados con la práctica de actividad física y el deporte, se colgarán en el tablón diversas infografías.

De esta forma, los alumnos podrán aprender en un vistazo aspectos que completen su formación.



Talleres de material reciclado

De forma presencial y online se instruye a los alumnos en la creación de materiales reciclados para ser utilizados tanto en las clases de Educación Física del colegio como en casa.

Así, se han creado pelotas de malabares, suaviboles, bolos...

Escuela de padres

Para completar la formación y hacerla extensiva a las casas, se ha usado alguna semana de las formaciones que se dan a los padres para tratar temas relacionados con el deporte y la forma de afrontar con los alumnos la competición o la nutrición.

Actuaciones de formación relacionadas con la diversidad funcional en el deporte

Desde el centro queremos seguir promoviendo que los alumnos aumenten su sensibilidad por la diversidad funcional en el deporte.

Por ello, durante el mes de junio, vamos a poner en marcha una dinámica de conocimiento y difusión de la diversidad funcional del deporte.

El deporte es diverso

Durante los recreos del mes de junio, los alumnos irán pasando por el gimnasio el día que les toca para practicar algún deporte relacionado con la diversidad funcional en el deporte.

Acuerdos deportivos

De cara a potenciar las posibilidades de nuestro colegio y fomentar las actividades que se desarrollan en las distintas entidades deportivas con las que cooperamos, hemos establecido diferentes acuerdos de colaboración con ellos.

De esta forma, tenemos en este curso los siguientes acuerdos:

Entidad Colaboradora	Acuerdo
FuenteLaverro	Cesión de instalaciones (piscinas, gimnasio, pistas de pádel) para la realización de clases.
GPADEL	Cesión de materiales de juego (redes, pelotas, palas) para su uso en las clases.
Escuela de Fútbol Arnedo	Colaboración en la difusión de las jornadas de captación de jugadores.
Ayuntamiento de Arnedo	Cesión de instalaciones municipales (pistas de tenis, campo de fútbol) para la realización de clases.
Danza58	Impartición de Masterclasses por parte de las profesoras de baile de la academia.
Escuela de Pelota de Arnedo	Realización de jornadas de captación en el colegio.
Judo	Realización de jornadas de captación en el colegio.

Grado de implicación de los alumnos con el ejercicio físico y el deporte

Al inicio de curso, desde el departamento de Educación física, lanzamos un cuestionario para conocer distintos datos relacionados con los hábitos de práctica de actividad física de nuestros alumnos.

Con ello, hacemos una valoración inicial del punto de partida y de posibles medidas a realizar para mejorar esos registros.

Durante el último trimestre del año realizaremos un censo de participación en actividades físicas como una forma de comprobar lo que ha supuesto la puesta en práctica del proyecto en lo que a hábito de práctica se refiere.

Toda esta información la compararemos con los datos obtenidos el curso pasado para ver cómo evoluciona la participación de nuestros alumnos en actividades físicas.