



AREA DE GOBIERNO DE LAS
ARTES, DEPORTES Y TURISMO

Incorporado al Registro de Decretos y Resoluciones

Nº 2015/0032951 en fecha 19/05/2015

**RESOLUCIÓN DEL DIRECTOR GENERAL DE DEPORTES
DE 13 DE MAYO DE 2015 POR LA QUE SE REGULA EL
PROGRAMA DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS DE LOS
CENTROS DEPORTIVOS MUNICIPALES**

INDICE

1. <u>Generalidades</u>	<i>Pág. 1</i>
2. <u>Características del Programa de actividades dirigidas</u>	<i>Pág. 2</i>
2.1. <i>Categorías</i>	<i>Pág. 2</i>
2.2. <i>Inscripción</i>	<i>Pág. 3</i>
2.3. <i>Permanencia</i>	<i>Pág. 3</i>
2.4. <i>Duración de los programas</i>	<i>Pág. 4</i>
2.5. <i>Frecuencia de las sesiones</i>	<i>Pág. 4</i>
2.6. <i>Calendario de clases y períodos de vacaciones</i>	<i>Pág. 4</i>
2.7. <i>Asistencia a clases</i>	<i>Pág. 5</i>
2.8. <i>Seguimiento del aprendizaje</i>	<i>Pág. 6</i>
2.9. <i>Acceso y abandono del centro deportivo</i>	<i>Pág. 7</i>
2.10. <i>Información</i>	<i>Pág. 7</i>
3. <u>Programa General Clases y Escuelas</u>	<i>Pág. 8</i>
3.1. <i>Actividades Preinfantiles</i>	<i>Pág. 11</i>
3.1.1. <i>Natación para peques</i>	
3.1.2. <i>Actividad física y juego</i>	
3.1.3. <i>Predeporte (de una o varias modalidades deportivas)</i>	
3.2. <i>Escuelas deportivas Infantiles</i>	<i>Pág. 12</i>
3.2.1. <i>Escuela de Natación y otras modalidades acuáticas</i>	
3.2.2. <i>Escuela deportiva de tenis</i>	
3.2.3. <i>Escuela deportiva de pádel</i>	

3.2.4. *Escuelas polideportivas*

3.2.5. *Otras escuelas de deportes individuales y colectivos*

3.3. *Actividades para jóvenes y adultos*

Pág. 16

3.3.1. *Natación*

3.3.2. *Otras actividades acuáticas (acondicionamiento nadadores, gimnasia acuática, fitness acuático, carrera acuática y otras)*

3.3.3. *Actividades con soporte musical (ciclo sala, bailes, aeróbicas (*) y otras)*

3.3.4. *Fitness*

3.3.5. *Actividades cuerpo mente (pilates, estiramientos, relax, yoga y otras)*

3.3.6. *Actividades de tonificación (musculación, circuitos, G.A.P. y otras)*

3.3.7. *Clases combinadas*

3.3.8. *Tenis*

3.3.9. *Pádel*

3.3.10. *Otras Actividades deportivas individuales y colectivas*

3.4 *Mayores*

Pág. 21

3.4.1. *Acondicionamiento físico*

3.4.2. *Actividades con soporte musical y de tonificación (baile, musculación...)*

3.4.3. *Actividades cuerpo mente (pilates, gimnasia suave, estiramientos, relax, yoga y otras)*

3.4.4. *Natación*

3.4.5. *Otras Actividades acuáticas (gimnasia acuática, carrera acuática, etc)*

4. Programa para Personas con Discapacidad Pág. 25

5. Programas de Ejercicio Físico y Salud Pág. 26

5.1. Programa de Acondicionamiento físico general para la salud

5.2. Programa de Acondicionamiento físico específico para la salud

5.2.1. Actividades de fomento de hábitos saludables

5.2.2. Actividad Acuática en el embarazo y/o post-parto

5.2.3. Actividades de Acondicionamiento Cardiovascular

5.2.4. Escuela de Espalda

6. Programa Familiar Pág. 31

6.1. Matronatación

6.2. Matrogimnasia

6.3. Actividades “Mientras Esperas”

7. Programas Deportivos en la Calle Pág. 33

7.1. Programa Caminar por Madrid

7.2. Corredores por Madrid

7.3. Ejercicio Físico al Aire Libre

8. Programa Deportivo de Verano Pág. 37

8.1. Cursos de natación

8.2. Cursos de iniciación a las modalidades acuáticas

8.3. Cursos polideportivos/ Campamentos de Verano

8.4. Campus deportivos

9. Programa Entrenamiento Personal

Pág. 40

10. Programas de Psicomotricidad. Características y actividades

Pág. 41

10.1. Programa General de Psicomotricidad Infantil

10.2. Programa de Psicomotricidad Infantil de Verano

10.3. Programa de Psicomotricidad DOS

RESOLUCIÓN DEL DIRECTOR GENERAL DE DEPORTES DE 13 DE MAYO DE 2015 POR LA QUE SE REGULA EL PROGRAMA DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS DE LOS CENTROS DEPORTIVOS MUNICIPALES

De conformidad con lo dispuesto en el Acuerdo de 6 de febrero de 2014 de la Junta de Gobierno de la Ciudad de Madrid, la Dirección General de Deportes es el órgano directivo competente para la dirección y coordinación de los programas deportivos de ámbito general. Al amparo de dicha competencia, procede a dictarse la Resolución por la que se regula la programación y el funcionamiento de las actividades dirigidas en los Centros Deportivos Municipales.

1. Generalidades

Esta resolución será de aplicación a la programación que, aprobada por la Dirección General de Deportes con carácter anual, se desarrolle en todos los Centros Deportivos Municipales y al funcionamiento de las actividades dirigidas propias, sin perjuicio de las especialidades que se determinen en los correspondientes pliegos reguladores de los contratos de gestión indirecta que se establezcan, en cuyo caso deberá estarse a lo dispuesto en los mismos.

La programación de las actividades se realizará atendiendo a las necesidades específicas de cada distrito, sin perjuicio del mantenimiento de un programa común a desarrollar por todos los Centros Deportivos Municipales, al objeto de mantener la necesaria homogeneidad en la prestación del servicio deportivo.

Los contenidos técnicos de cada una de las actividades programadas en los Centros Deportivos Municipales estarán a lo dispuesto en esta resolución y en los manuales técnicos que se dicten para su desarrollo.

Las actividades no reguladas en esta resolución podrán ser incorporadas a la misma y aprobadas por la Dirección General de Deportes, a propuesta de los distritos.

La programación, con carácter general, tendrá una vigencia de una temporada, revisándose cada año con el fin de realizar los ajustes adecuados en cuanto a incorporación o supresión de actividades.

No obstante, cuando atendiendo a las características técnicas, horarios y destinatarios de una actividad o grupo de actividad, no se alcancen los porcentajes de ocupación mínimos que se estimen convenientes para su desarrollo, se podrán efectuar en cualquier momento las adaptaciones, reestructuraciones, o incluso supresiones de la misma que resulten procedentes, a propuesta del distrito o de la Dirección General de Deportes.

El Programa de actividades dirigidas está formado por:

- Programa General de clases y escuelas.
- Programa para personas con discapacidad.
- Programas de ejercicio físico y salud.
- Programa familiar.
- Programa deportivo en la calle.
- Programa deportivo de verano.
- Programa de entrenamiento personal.
- Programa de psicomotricidad.

Los programas se estructuran atendiendo a las características de sus destinatarios, tanto en lo referente a la edad como a otros aspectos específicos que inciden en el desarrollo de su actividad físico deportiva, teniendo todos ellos un carácter inclusivo, e integrando en su diseño la incorporación de la perspectiva de género y la educación en valores.

Las escuelas deportivas municipales que se desarrollen en colaboración con entidades deportivas se regularán por los convenios que se suscriban con las mismas, coincidiendo generalmente su vigencia con la temporada deportiva, siendo de aplicación supletoria lo dispuesto en esta resolución.

El programa de psicomotricidad, si bien orientado a la edad infantil, se ha considerado en la presente resolución de manera específica, teniendo en cuenta sus especiales características en cuanto a objetivos, contenidos, franja de edad y destinatarios.

Para el acceso a los diferentes programas se atenderá a los requisitos que se señalan de forma específica en cada uno de ellos.

2. Características del Programa de actividades dirigidas

El programa de actividades dirigidas recoge todas las actividades que se realizan bajo una dirección técnica y su organización se desarrolla desde los Centros Deportivos Municipales.

2.1. Categorías

El Programa general de actividades dirigidas, se estructurará en las siguientes categorías:

- Preinfantil: de 3 hasta 5 años (salvo en la actividades familiares de matrogimnasia, que será de 3 meses a 4 años; y la de matronatación que podrá programarse para alumnos/as de 1 a 4 años)
- Infantil: de 6 a 14 años.

- Jóvenes y Adultos: de 15 a 64 años.
- Mayores: a partir de 65 años.

2.2. Inscripción

El proceso de inscripción a los diferentes programas se realizará conforme a la resolución que para cada temporada se dicte por la Dirección General de Deportes.

Con carácter previo al inicio de cualquier actividad deportiva, se recomienda la realización de un reconocimiento médico.

En los términos contemplados en la presente resolución, con carácter previo a la inscripción, podrá realizarse una entrevista y/o prueba de nivel para el acceso a determinadas actividades al objeto de determinar la inclusión del alumno/a en un grupo concreto y garantizar la necesaria homogeneidad en el aprendizaje y desarrollo de la actividad física.

Para la inscripción en las actividades deberá tenerse en cuenta la edad correspondiente al programa en el que estén contenidas, en el momento de su incorporación.

No obstante, se podrá inscribir a determinados alumnos/as en actividades que correspondan a distinta categoría de la que por su edad les pertenezca, previa conformidad del técnico de la actividad, así como aportación de informe o certificado médico, en el caso que sea requerido.

2.3. Permanencia

Con carácter general, la obtención de plaza en una actividad incluida en el Programa general de clases y escuelas, da derecho a la asistencia durante una temporada (septiembre-junio), salvo para las personas inscritas en aquellas actividades que estén estructuradas en niveles de aprendizaje, personas con discapacidad, mayores, programa de psicomotricidad y abonados del Abono Deporte Madrid cuya permanencia estará determinada en cada caso de conformidad con lo que establezca la Dirección General de Deportes.

No obstante, los alumnos que estén inscritos en aquellos grupos de actividad deportiva dirigida que no se encuentren entre las actividades descritas anteriormente y no superen el porcentaje de ocupación establecido anualmente en la resolución del Director General de Deportes por la que se aprueban los procedimientos de preinscripción e inscripción a las actividades dirigidas, podrán optar a la permanencia en la actividad.

La inscripción en un curso de verano o en un curso intensivo, con una duración determinada, sólo da derecho a la permanencia en el mismo durante el tiempo programado para su desarrollo.

2.4. Duración de los programas

Se establecen dos ciclos diferenciados en la temporada deportiva:

- Periodo de septiembre a junio (*)
- Periodo de julio y agosto

Como norma general todas las actividades se programarán atendiendo a estos periodos.

No obstante se podrán programar cursos intensivos de duración determinada, durante estos periodos, siempre que los contenidos de las actividades que se programen así lo requieran.

() En las escuelas deportivas municipales en colaboración la duración de la temporada será la establecida en el convenio correspondiente.*

2.5. Frecuencia de las sesiones

Con carácter general se programarán las sesiones semanales, de uno, dos o tres días por semana dependiendo de las necesidades de oferta y de demanda de cada centro deportivo.

Los cursos de verano se desarrollarán de forma general diariamente durante el período programado.

2.6. Calendario de clases y periodos de vacaciones

Con el fin de unificar las fechas de inicio y finalización de las actividades y los periodos de interrupción que afectan a éstas, la Dirección General de Deportes establecerá anualmente el calendario, que será de obligado cumplimiento en todos los Centros Deportivos Municipales.

Las actividades permanecerán interrumpidas en los periodos de Navidad, Semana Santa, los días de cierre oficial de los Centros Deportivos Municipales, así como las fiestas locales, autonómicas y nacionales.

Durante estos periodos de interrupción de las actividades dirigidas, se permitirá a los/as alumnos/as el uso libre de las correspondientes unidades deportivas en los horarios de clase habituales u otras con servicio de uso libre que la dirección del centro deportivo determine. En las categorías de preinfantiles e infantiles deberán cumplir con los requisitos que establece el Artículo 5, del Reglamento sobre la Utilización de las Instalaciones y Servicios

Deportivos Municipales para el acceso de menores de 14 años, debiendo abonar el acompañante la tarifa correspondiente.

Asimismo, siempre que sea posible, atendiendo a las infraestructuras y a los efectivos de personal disponibles en esas fechas, podrá ofrecerse a los alumnos/as un servicio de programación de clases, unificación de grupos o establecimiento de horarios de actividad tutelada o actividades de promoción deportiva.

2.7. Asistencia a clases

Se establecen dos formas de asistencia de los usuarios a las actividades dirigidas:

1. Asistencia fija a una actividad en días y horario.
2. Asistencia abierta a diferentes actividades, horarios y días.

Las actividades de asistencia abierta serán todas aquellas clases incluidas en el Programa Deportivo en la calle y en el Programa de Clases y Escuelas excepto aquellas que:

- Estén diseñadas para la enseñanza de una disciplina deportiva que se estructure por niveles técnicos: actividades para preinfantiles, escuelas deportivas infantiles, natación, pilates, yoga, tenis, pádel y otras actividades deportivas individuales y colectivas en infantiles, jóvenes y adultos.

Para la asistencia a una clase abierta será obligatoria la entrevista previa en todas aquellas actividades que la presente Resolución determine.

Los Centros Deportivos Municipales podrán determinar en su programación las clases con asistencia abierta, estableciendo cupos en las clases de asistencia fija, en función de porcentajes de ocupación, horarios valle, demanda detectada, o creando clases específicas para asistencia abierta.

Las ausencias no justificadas, en las clases de asistencia fija, que superen el 25% de las clases mensuales programadas, podrán dar lugar a la baja del alumno/a en la actividad.

En caso de preverse una ausencia prolongada, el alumno/a podrá solicitar por escrito en la oficina del centro, una baja temporal de la actividad en que está inscrito/a a los efectos de mantener la reserva de plaza, en cuyo caso las razones de dicha ausencia deberán justificarse documentalmente, con antelación siempre que sea posible.

Con carácter general, el período máximo de baja temporal en una actividad será de un mes.

Si al término de la baja temporal el/la alumno/a necesitara prorrogar el periodo, deberá solicitar y justificar nuevamente el motivo de la prolongación de su ausencia, al efecto de optar de nuevo a otro período de hasta un mes. En el caso de no solicitar la prórroga, quedará anulada su condición de baja temporal, debiendo concurrir nuevamente a una nueva inscripción si desea continuar en la actividad.

En todos los casos, el período de baja temporal al que puede optar el/la alumno/a se extingue al término de la temporada en curso para la que se inscribió.

Para el correcto funcionamiento de las actividades, los/as alumnos/as deberán tener en cuenta las siguientes pautas:

- Ser puntuales en el acceso a las clases.
- Seguir el programa diseñado por el personal técnico de la actividad.
- Hacer uso adecuado de los espacios y el material utilizado en la clase.
- Informar al personal técnico que dirige la actividad de cualquier afección física que pueda condicionar la práctica del ejercicio físico.
- Asistir a las clases con la indumentaria y calzado adecuados.
- No hacer uso de los espacios y materiales de la actividad fuera del horario establecido.

2.8. Seguimiento del aprendizaje

Para el correcto desarrollo de las clases, no se permite la presencia de familiares o acompañantes en los espacios deportivos donde se imparten las actividades. No obstante, el centro podrá establecer un día al mes para la asistencia de madres, padres o tutores como espectadores en las clases correspondientes a los programas preinfantiles e infantiles. En estos casos se les facilitará el acceso a las gradas, siempre que sea posible y su presencia y comportamiento no altere el correcto funcionamiento de la actividad.

Al objeto de informar a las madres, padres o tutores de la evolución de los niños/as sin interferir en el desarrollo de las clases, el sistema de tutorías deberá permitir al personal técnico desarrollar esta necesidad, en las condiciones materiales y de atención adecuadas.

2.9. Acceso y abandono del centro deportivo

La entrada al centro para la asistencia a las clases deberá ser, con carácter general, 15 minutos antes del inicio de la actividad, previa presentación de la tarjeta personal en la entrada del centro y en cualquier caso siempre que sea requerido por un/a empleado/a de servicio.

Una vez finalizada la actividad, deberá abandonarse el centro, con carácter general, 30 minutos después.

2.10. Información

La información relativa a las actividades dirigidas estará expuesta públicamente en las vitrinas informativas que al efecto existen en los Centros Deportivos Municipales.

La información contendrá como mínimo los siguientes contenidos:

- La oferta de actividades dirigidas, se expondrá con antelación al inicio de las inscripciones para la temporada, permaneciendo expuesta al menos durante todo el plazo de inscripción. Se especificarán las diferentes actividades programadas en el centro, con detalle de los grupos, niveles, frecuencia semanal, horarios en que se desarrollan y ubicación de las actividades, así como sus características técnicas y otras que puedan incidir en la mejor información del servicio.
- Recomendaciones para la práctica de ejercicio físico, aconsejando la realización de un reconocimiento médico antes de iniciar la actividad.
- Requisitos previos a la inscripción: pruebas de nivel o entrevista, detallándose los días y horarios para realizar las mismas.
- Calendario de clases, periodos de interrupción de las actividades e información de otras actividades que de forma puntual pudieran desarrollarse en el centro deportivo. Todo ello estará expuesto al inicio y durante toda la temporada, detallando:
 - Fechas de inicio y finalización de las actividades ofertadas.
 - Fechas de interrupción de las actividades: periodos de Navidad, Semana Santa, días de cierre oficial de los Centros Deportivos, así como las fiestas locales y nacionales.
- Fechas de renovaciones, cambios, publicación mensual y anticipada de plazas vacantes, nuevas inscripciones y fechas de sorteo, en su caso.

- Horarios de atención al público del responsable técnico del centro deportivo municipal.
- Horarios de tutorías con el personal técnico asignado para que madres, padres o tutores puedan seguir la evolución de las/los niñas/niños.
- Información sobre el Servicio de Asesoramiento Técnico Personalizado (A.T.P.)

La información de las actividades que oferta el Centro Deportivo también será publicada en la página web.

Toda modificación de la información del programa deportivo aprobado oficialmente, deberá ser comunicado por el Centro Deportivo a la Dirección General de Deportes, para su evaluación y si procede actualizar la información de la página web.

3. Programa General Clases y Escuelas

El Programa General de clases y escuelas reúne todas aquellas actividades en materia de educación física y deportes, que el Ayuntamiento de Madrid desarrolla en Centros Deportivos Municipales, dirigidos a todas las categorías.

Duración del Programa: 10 meses, de septiembre a junio.

En las escuelas deportivas municipales en colaboración la duración de la temporada será la establecida en el convenio correspondiente.

Inclusión de poblaciones especiales:

Se facilitará la inclusión en las actividades del Programa General de clases y escuelas de las siguientes personas:

1- Inclusión personas con discapacidad: para facilitar la inclusión de estas personas en las actividades dirigidas se ofertará un 10% de plazas por grupo (para grupos inferiores a 10 plazas, mínimo 1 plaza) para su inscripción preferente. Estas plazas se activarán a petición de la persona con discapacidad, momento a partir del cual se procederá a su inscripción preferente, en las plazas vacantes disponibles, en los grupos asignados en la valoración técnica.

En los casos en que la incorporación de estas personas suponga una mayor atención por parte del técnico de la actividad, éste podrá autorizar la presencia de un acompañante, para prestar apoyo o reducir el número de alumnos del grupo.

Se atenderá al siguiente protocolo:

1. Realización de entrevista previa, aportando dictamen técnico facultativo y tarjeta acreditativa del grado de discapacidad o minusvalía.
2. Valoración de posibilidad de inclusión:
 - Prueba de nivel en el caso de ser requerida por la actividad.
 - Periodo de prueba, si procede, en el grupo asignado.
 - Valoración técnica: en el caso de que no sea posible la inclusión se le informará de las actividades específicas para personas con discapacidad.
 - Inscripción preferente en la actividad, en las plazas vacantes disponibles.
3. Seguimiento: Si en el desarrollo de la actividad y proceso de aprendizaje, el alumno no se adaptara al grupo, se le podrá derivar a otro grupo.

2- Inclusión social: para facilitar la práctica deportiva normalizada a las personas que se encuentren en situaciones de vulnerabilidad reconocida por los Servicios Sociales del distrito y con el objetivo de contribuir a su inclusión social en las actividades dirigidas, se reservarán 2 plazas por cada grupo de actividades dirigidas del Centro Deportivo (para grupos inferiores a 10 plazas, 1 plaza) para su inscripción preferente. Estas plazas se activarán a petición de los servicios sociales del distrito, momento a partir del cual se procederá a su inscripción preferente, en las plazas vacantes disponibles.

Se atenderá al siguiente protocolo:

1. Requisitos de Inscripción:
 - Para poder inscribirse es obligatorio cumplir los criterios sociales de inclusión establecidos en colaboración con los servicios sociales del distrito.
 - Presentación de la "Prescripción deportiva" expedida por el centro de servicios sociales del distrito.
 - Realización de entrevista previa y/o prueba de nivel en el caso de ser requerida por la actividad.
2. Seguimiento: con carácter general, el técnico de la actividad emitirá un informe mensual de la evolución social en el grupo de la clase deportiva (asistencias, integración en el grupo, conducta entre iguales, relación con el profesor...)
3. Tiempo de permanencia: tendrán renovación preferente de una temporada a otra, siempre que cumplan los criterios de inclusión social, la renovación mensual y de asistencia.

4. Incompatibilidad: no podrá simultanearse la inscripción en otra actividad dirigida.
5. Asistencia a clase: será obligatoria. 2 faltas injustificadas supondrán el abandono de la actividad.

3- Inclusión de usuarios con prescripción médica deportiva: para facilitar la inclusión de estas personas en las actividades se ofertará un 10% de plazas por grupo (para grupos inferiores a 10 plazas, mínimo 1 plaza) para su inscripción preferente. Estas plazas se activan a petición de la persona con prescripción médica deportiva, momento a partir del cual se procederá a su inscripción preferente, en las plazas vacantes disponibles, en los grupos asignados en la valoración técnica.

La inclusión para usuarios con prescripción médica deportiva se producirá cuando no haya en el Centro Deportivo grupos específicos de “Actividades de fomento de hábitos saludables”, o bien una vez concluido el tiempo máximo de duración en ese grupo, y a criterio del asesor técnico, cuando se considere que la persona no cumple el perfil en ese grupo.

Se atenderá al siguiente protocolo:

1. Requisitos de Inscripción:
 - Para poder inscribirse es obligatorio tener la prescripción médica deportiva expedida y sellada por el personal sanitario.
 - Realización de entrevista previa y/o prueba de nivel en el caso de ser requerida por la actividad.
2. Seguimiento: con carácter general, el técnico de la actividad emitirá un informe mensual de la evolución en el grupo de la clase deportiva (asistencias, integración en el grupo...)
3. Tiempo de permanencia: diez meses.
4. Incompatibilidad: no podrá simultanearse la inscripción en otra actividad dirigida.
5. Asistencia a clase: será obligatoria. 2 faltas injustificadas supondrán el abandono de la actividad.

3.1. Actividades Preinfantiles

Las actividades preinfantiles tienen la finalidad de ofrecer a las niñas y los niños su primer contacto con la actividad física mediante actividades lúdicas y recreativas.

Objetivos:

- Formar al niño y la niña en su globalidad mediante la adquisición de recursos motrices básicos.
- Crear la base para el aprendizaje posterior de modalidades deportivas.
- Establecer la base de valores que influyan en la convivencia, la no discriminación y la igualdad de género.
- Favorecer hábitos saludables.

Características generales:

- **Edades:** de 3 a 5 años.
- **Frecuencia de las sesiones:** será de una, dos o tres sesiones semanales.
- **Formación de los grupos:** deberá realizarse bajo el principio de homogeneidad, pudiendo formarse los grupos necesarios, bien por edades o por desarrollo motor con relación a la actividad, para favorecer el aprendizaje.

3.1.1. Natación para peques

Estas clases tienen la finalidad de familiarizar a los niños y las niñas con el medio acuático, con el objetivo de que consigan moverse en este medio con seguridad, mediante actividades lúdicas y de socialización.

- **Edades:** de 3 a 5 años. Los grupos de 3 años de edad sólo se podrán programar en los centros que cuenten con vaso de enseñanza. En este caso, todos/as los/as alumnos/as que formen el grupo tendrán 3 años cumplidos a la fecha de inicio de la actividad.
- **Tiempo de permanencia en el programa:** tendrán renovación preferente de una temporada a otra. Las niñas y los niños que cumplan los seis años continuarán su aprendizaje incorporándose a la escuela de actividad acuática infantil.
- **Número de alumnos/as por grupo:**
 - Natación peques 4 y 5 años: máximo 7 alumnos/as.
 - Natación peques 3 años (vaso de enseñanza): máximo 5 alumnos/as.
- **Duración de las sesiones:** 30 minutos.

3.1.2. Actividad física y juego

Son clases que se dirigen al desarrollo integral del niño y la niña, con el objetivo de configurar y desarrollar el esquema motriz, mediante actividades físicas de carácter lúdico y recreativas que fomenten su desarrollo motor, la relación con los demás y su entorno.

- **Edades:** 4 y 5 años.
- **Tiempo de permanencia:** una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:** máximo 15.
- **Duración de las sesiones:** 45 minutos.

3.1.3. Predeporte (de una o varias modalidades deportivas)

Esta actividad tiene la finalidad de familiarizar a los niñas y niños con diferentes deportes; se podrán programar clases de una o varias modalidades deportivas, siempre con el objetivo lúdico y recreativo, no buscando la especialización temprana.

- **Edades:** 4 y 5 años.
- **Tiempo de permanencia:** tendrán renovación preferente de una temporada a otra. Las niñas y los niños que cumplan los seis años continuarán su aprendizaje incorporándose a la escuela de la actividad correspondiente.
- **Número de alumnos/as por grupo:** máximo 15.
- **Duración de las sesiones:** 45 minutos.

3.2. Escuelas deportivas infantiles

Las escuelas deportivas tienen como finalidad el aprendizaje a través de la iniciación y perfeccionamiento en diferentes modalidades deportivas.

Objetivos:

- Promover el interés por el ejercicio físico y el deporte.
- Favorecer hábitos saludables y deportivos.
- Enseñar los valores propios del deporte (esfuerzo, superación, respeto a las normas, instalaciones y participantes...)
- Adquirir valores que influyan en la convivencia, la no discriminación y la igualdad de género.
- Aprendizaje y/o perfeccionamiento de modalidades deportivas y sus normas.
- Iniciación a la competición, preferentemente en los Juegos Deportivos Municipales y/o competiciones de las respectivas federaciones.

Características generales:

- **Edades:** de 6 a 14 años.
- **Frecuencia de las sesiones:** será de una, dos o tres sesiones semanales.
- **Formación de los grupos:** deberá realizarse bajo el principio de homogeneidad, pudiendo formarse los grupos necesarios, bien por edades o por nivel técnico, para favorecer el aprendizaje.
- **Transición al deporte federado:** Una vez superado el nivel 1, en los centros donde existan escuelas infantiles en colaboración con entidades deportivas se coordinará con éstas la incorporación de los/as alumnos/as a las mismas.
Los/as alumnos/as que no puedan integrarse en las escuelas de colaboración seguirán su aprendizaje en el nivel 2.

En las escuelas en colaboración la duración de la temporada será la establecida en el convenio correspondiente.

3.2.1. Escuela de natación y otras modalidades acuáticas

a) **Escuela de natación:** la escuela de natación se estructura en tres niveles:

- Nivel 0: dominio básico del medio acuático.
- Nivel 1: aprendizaje básico.
- Nivel 2: perfeccionamiento.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** el tiempo máximo de permanencia en la escuela será de 4 años, siendo el tiempo máximo de permanencia en el nivel 2 una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:**

Nivel 0:	12 alumnos/as por calle en piscina de 25 m.	
	12 alumnos/as por media calle en piscina de 50 m.	
Nivel 1:	Piscina 25 m:	15 alumnos/as - 1 calle. 20 alumnos/as - 2 calles.
	Piscina de 50 m:	20 alumnos/as - 1 calle.
Nivel 2:	Piscina 25 m:	15 alumnos/as - 1 calle. 25 alumnos/as - 2 calles.
	Piscina de 50 m:	20 alumnos/as - 1 calle. 30 alumnos/as - 2 calles.

- **Duración de las sesiones:** 30 minutos.

b) Otras modalidades acuáticas (salvamento acuático, natación sincronizada, waterpolo...): Estas escuelas se estructuran en dos niveles:

- Nivel 1: iniciación.
- Nivel 2: perfeccionamiento.
- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** el tiempo máximo de permanencia en la escuela será de 3 años, siendo el tiempo máximo de permanencia en el nivel 2 una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:**

Modalidad	Nivel	Nº alumnos
Salvamento Acuático	N 1 / N 2	<u>Máximo</u> 15 x calle 25 x 2 calles
Natación Sincronizada	N 1 / N 2	<u>Máximo</u> 15 x calle 20 x 2 calles
Waterpolo	N 1 / N 2	<u>Máximo</u> 10 x calle

- **Duración de las sesiones:** 45 minutos.

3.2.2. Escuela deportiva de tenis

La escuela deportiva de tenis se estructura en cuatro niveles:

- Pre-tenis (edad de 6 y 7 años): familiarización.
- Nivel 0: iniciación.
- Nivel 1: aprendizaje básico.
- Nivel 2: perfeccionamiento.
- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** el tiempo máximo de permanencia en la escuela será de 5 años, siendo el tiempo máximo de permanencia en el nivel 2 una temporada.

- **Número de alumnos/as por grupo en la modalidad de tenis:**

- Nivel de pre-tenis (6 y 7 años): 12 alumnos/as en 1 pista.
- Tenis nivel 0: 10 alumnos/as en 1 pista.
- Tenis nivel 1: 8 alumnos/as en 1 pista.
12 alumnos/as en 2 pistas.
- Tenis nivel 2: 8 alumnos/as en 1 pista.
12 alumnos/as en 2 pistas.

- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.2.3. Escuela deportiva de pádel

La escuela deportiva de pádel se estructura en tres niveles:

- Nivel 0: iniciación.
- Nivel 1: aprendizaje básico.
- Nivel 2: perfeccionamiento.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** el tiempo máximo de permanencia en la escuela será de 4 años, siendo el tiempo máximo de permanencia en el nivel 2 una temporada.

- **Número de alumnos/as por grupo en la modalidad de pádel:**

- Nivel 0:	8 alumnos/as en 1 pista. 10 alumnos/as en 2 pistas.
- Nivel 1:	6 alumnos/as en 1 pista. 8 alumnos/as en 2 pistas.
- Nivel 2:	6 alumnos/as en 1 pista. 8 alumnos/as en 2 pistas.

- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.2.4. Escuelas polideportivas

Estas escuelas están dirigidas a chicas y chicos que no se han definido por una modalidad deportiva concreta, con el objetivo de mostrarles de una forma básica diferentes deportes y orientarles para que puedan elegir la modalidad deportiva más acorde con sus características y edades.

- **Entrevista/prueba de nivel:** no.
- **Tiempo de permanencia:** una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:** máximo 25 alumnos/as.
- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.2.5. Otras escuelas de deportes individuales y colectivos

Estas escuelas se estructuran como norma general en dos niveles (Nivel 1: iniciación y Nivel 2: perfeccionamiento) y/o por edades.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** con carácter general la permanencia en la actividad será hasta cumplir la edad establecida para las escuelas infantiles. En el caso de que la demanda fuera superior a la oferta de plazas, la permanencia máxima en el nivel superior será de 1 año.
- **Número de alumnos/as por grupo:** máximo 25 alumnos/as
- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.3. Actividades para jóvenes y adultos

Estas actividades tienen la finalidad de fomentar el hábito del ejercicio físico, para el mantenimiento de una vida activa y saludable, así como dar continuidad a la práctica deportiva de los jóvenes.

Objetivos:

- Mejorar o mantener la condición física y la salud.
- Adquirir hábitos saludables.
- Prevenir el sedentarismo.
- Combatir el estrés, incidiendo en el equilibrio psicológico.
- Fomentar la relación social, en el marco del respeto, solidaridad e igualdad.
- Ofrecer alternativas para la ocupación del tiempo de ocio.
- Aprendizaje, desarrollo, perfeccionamiento y práctica de las diferentes modalidades deportivas.
- Contribuir al desarrollo de la afición hacia la práctica de deportes y transmitir los valores de la competición deportiva.

Características generales:

- **Edades:** a partir de 15 años.
Las personas de 65 años en adelante, para acceder a estas actividades deberán realizar entrevista previa, para su valoración técnica, debiendo aportar informe o certificado médico, en el caso de ser requerido.
- **Frecuencia de las sesiones:** será de una, dos o tres sesiones semanales.
- **Formación de los grupos:** deberá realizarse bajo el principio de homogeneidad, formándose los grupos necesarios por actividad, bien por edades, por nivel técnico y/o condición física, siempre que exista suficiente demanda.

3.3.1. Natación

Las clases de natación se estructuran en tres niveles:

- Nivel 0: dominio básico del medio acuático.
- Nivel 1: aprendizaje básico.
- Nivel 2: perfeccionamiento.
- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** el tiempo máximo de permanencia en la escuela será de 4 años, siendo el tiempo máximo de permanencia en el nivel 2 de una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:**

Nivel 0:	10 alumnos/as por calle en piscina de 25 m.	
	10 alumnos/as por media calle en piscina de 50 m.	
Nivel 1 - 2:	Piscina de 25 m:	15 alumnos/as - 1 calle. 25 alumnos/as - 2 calles.
	Piscina de 50 m:	20 alumnos/as - 1 calle. 30 alumnos/as - 2 calles.

- **Duración de las sesiones:** 45 minutos.

3.3.2. Otras actividades acuáticas (acondicionamiento nadadores, gimnasia acuática, fitness acuático, carrera acuática y otras)

Se trata de actividades en el medio acuático que persiguen un mantenimiento o mejora de la condición física, mediante la realización de ejercicios aeróbicos y de fortalecimiento muscular en diferentes profundidades.

Como norma general, se recomienda la utilización de vasos de enseñanza y zonas poco profundas para los grupos de no nadadores/as.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel, a efectos de configurar los posibles grupos, sin que ello suponga la existencia de niveles de aprendizaje en el desarrollo de la actividad.
- **Tiempo de permanencia:** una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:**

Vaso de enseñanza:	Como norma general, 4 m ² por alumno, máximo 20 alumnos/as.
Piscina 25 m:	15 alumnos/as - 1 calle. 25 alumnos/as - 2 calles.
Piscina 50 m:	25 alumnos/as - 1 calle.

- **Duración de las sesiones:** 45 minutos.

3.3.3. Actividades con soporte musical (ciclo sala, bailes, aeróbicas (*) y otras)

Se trata de actividades orientadas al mantenimiento y mejora de la condición física, mediante ejercicios aeróbicos y de tonificación, utilizando la música como elemento motivador.

(*) Se considerarán actividades aeróbicas con soporte musical: aerobic, aerodance, latino, step, etc...

- **Entrevista/prueba de nivel:** se recomienda entrevista.
- **Tiempo de permanencia:** una temporada.

- **Número de alumnos/as por grupo:**

Aeróbicas, bailes...	4 m ² por alumno, máximo 45 alumnos/as.
Ciclo Sala	1 alumno/a por 3 m ² , dejando los espacios adecuados para el paso de los alumnos.

- **Duración de las sesiones:**

- Aeróbicas, bailes... 60 minutos.
- Ciclo sala: 45 minutos.

3.3.4. *Fitness*

Actividad orientada a personas que deseen realizar actividad física o iniciarse en ella no teniendo limitaciones importantes que interfieran en la práctica del ejercicio, cuya finalidad es el mantenimiento y/ o la mejora de la condición física en el marco de los objetivos generales del programa.

Las clases de fitness se podrán estructurar en tres niveles, básico, medio y alto.

Los grupos se formarán de acuerdo a las características de la edad y condición física.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se recomienda entrevista.
- **Tiempo de permanencia:** una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:** como norma general, 1 alumno/a por 4 m², máximo 45 alumnos/as.
- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.3.5. *Actividades cuerpo mente (pilates, estiramientos, relax, yoga y otras)*

Estas actividades se caracterizan por la realización de ejercicios de concienciación corporal para la mejora y mantenimiento del equilibrio entre tono muscular, flexibilidad y actitud postural.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se recomienda entrevista.
- **Tiempo de permanencia:** una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:** como norma general, 1 alumno/a por 4 m² máximo 20 alumnos/as.
- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.3.6. Actividades de tonificación (musculación, circuitos, G.A.P. y otras)

Actividades orientadas a personas que quieran realizar un trabajo de tonificación muscular mediante clases de trabajo global o bien de grupos musculares específicos.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se recomienda entrevista.
- **Tiempo de permanencia:** una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:** como norma general, 1 alumno/a por 4 m², máximo 45 alumnos/as.
- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.3.7. Clases combinadas

Estas clases contemplan la posibilidad de combinar varias actividades.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se recomienda entrevista.
- **Tiempo de permanencia:** una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:** el número de alumnos/as por grupo vendrá determinado por las características específicas de cada actividad.
- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.3.8. Tenis

La actividad de tenis se estructura en tres niveles:

- Nivel 0: iniciación.
- Nivel 1: aprendizaje básico.
- Nivel 2: perfeccionamiento.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** el tiempo máximo de permanencia será de 4 años, siendo el tiempo máximo de permanencia en el nivel 2 una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo en la modalidad de tenis:**

-Nivel 0: iniciación	10 alumnos/as en 1 pista.
-Nivel 1: aprendizaje básico	8 alumnos/as en 1 pista. 12 alumnos/as en 2 pistas.
-Nivel 2: perfeccionamiento	8 alumnos/as en 1 pista. 12 alumnos/as en 2 pistas.

- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.3.9. Pádel

La actividad de pádel se estructura en tres niveles:

- Nivel 0: iniciación.
- Nivel 1: aprendizaje básico.
- Nivel 2: perfeccionamiento.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** el tiempo máximo de permanencia será de 3 años, siendo el tiempo máximo de permanencia en el nivel 2 una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo en la modalidad de pádel:**

Nivel 0: iniciación.	6 alumnos/as en 1 pista. 10 alumnos/as en 2 pista.
Nivel 1: aprendizaje básico.	6 alumnos/as en 1 pista. 8 alumnos/as en 2 pistas.
Nivel 2: perfeccionamiento.	5 alumnos/as en 1 pista. 8 alumnos/as en 2 pistas.

- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.3.10. Otras actividades deportivas individuales y colectivas

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** el tiempo máximo de permanencia en el nivel superior será de una temporada.
- **Número de alumnos/as por grupo:** como norma general, 1 alumno/a por 4 m², máximo 25 alumnos/as.
- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.4. Mayores

Actividades orientadas a personas mayores que no presenten contraindicaciones para la práctica del ejercicio físico. Su finalidad principal es mantener la capacidad de adaptación y autonomía en el desarrollo de la vida cotidiana, en el marco de los objetivos generales del programa.

Objetivos:

- Mantener un buen estado de salud.
- Fomentar hábitos saludables.
- Prevenir la inactividad.
- Combatir el estrés, incidiendo en el equilibrio psicológico.
- Fomento de la relación social como elemento integrador, en el marco del respeto, solidaridad e igualdad.
- Ocupación del tiempo de ocio.

Características Generales:

- **Edades:** Igual o superior a 65 años.
- **Frecuencia de las sesiones:** será de una, dos o tres sesiones semanales.
- **Formación de los grupos:** deberá realizarse bajo el principio de homogeneidad, formándose los grupos necesarios por actividad, bien por edades, por nivel técnico o condición física; no obstante, para la asignación individual a un determinado grupo podrán tenerse en cuenta las relaciones personales o de grupo que puedan existir.
- **Acceso a actividades de distinta categoría:** Los mayores de edad igual o superior 65 años podrán continuar o incorporarse en aquellas actividades de la categoría adultos, siempre que no rompan la homogeneidad del grupo al que se incorporan, previa valoración técnica e informe del técnico de la actividad, debiendo aportar informe o certificado médico, en el caso que sea requerido. En estos casos la permanencia en la actividad será la establecida para los grupos de adultos.
- **Tiempo de permanencia:** Como norma general, los programas de mayores tienen carácter continuado y se realizará la renovación preferente de una temporada a otra.

Se recomienda la realización de un reconocimiento médico deportivo de forma anual.

3.4.1. Acondicionamiento físico

Actividad principal del programa para mayores y la más global en cuanto a sus contenidos de trabajo. Su programación comprenderá actividades para la mejora y /o mantenimiento de la condición física, concienciación corporal, actividades rítmicas, actividades de interrelación social, pautas para moverse en la vida cotidiana.

Como mínimo existirá un grupo de acondicionamiento físico para mayores en los Centros Deportivos que cuenten con el equipamiento y el personal técnico necesario para su impartición. Se podrán programar en turnos de mañana y/o tarde.

Las clases de acondicionamiento físico se podrán estructurar en tres niveles:

- nivel bajo y/o movilidad reducida.
 - nivel medio.
 - nivel alto.
- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere entrevista.
 - **Tiempo de permanencia:** renovación preferente de una temporada a otra.
 - **Número de alumnos/as por grupo:** como norma general, 1 alumno/a por 5 m², máximo 40 alumnos/as.
 - **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.4.2. Actividades con soporte musical y de tonificación (baile, musculación...)

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere entrevista.
- **Tiempo de permanencia:** renovación preferente de una temporada a otra.
- **Número de alumnos/as por grupo:** como norma general, 1 alumno/a por 5 m², máximo 25 alumnos/as.
- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.4.3. Actividades cuerpo mente (pilates, gimnasia suave, estiramientos, relax, yoga y otras)

- **Entrevista/prueba de nivel:** Se requiere entrevista.
- **Tiempo de permanencia:** renovación preferente de una temporada a otra.
- **Número de alumnos/as por grupo:** como norma general, 1 alumno/a por 4 m², máximo 20 alumnos/as.
- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.

3.4.4. Natación

Actividad orientada a personas mayores que no presentando contraindicaciones para la práctica del ejercicio en el medio acuático, tiene como finalidad mantener la capacidad de adaptación y autonomía en el desarrollo de la vida cotidiana mediante el ejercicio físico en el medio acuático.

En todos los centros existirán grupos de natación para mayores, siempre que cuenten con el equipamiento y el personal técnico necesarios para su impartición.

Las clases de natación se estructuran en dos niveles:

- Nivel 0: aprendizaje básico.
- Nivel 1: mantenimiento.

En cada nivel se podrán formar los grupos necesarios para favorecer el aprendizaje.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere entrevista y prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** renovación preferente de una temporada a otra.
- **Número de alumnos/as por grupo:** dependiendo del nivel se estructurará de la siguiente forma:

Nivel de aprendizaje:	10 alumnos/as.
Nivel de mantenimiento:	15 alumnos/as – 1 calle. 25 alumnos/as – 2 calles.

- **Duración de las sesiones:** 30 minutos.

3.4.5. Otras Actividades acuáticas (*gimnasia acuática, carrera acuática, etc*)

Estas actividades engloban trabajos de tonificación, movilidad articular, relajación y actividad rítmica en el agua.

Como norma general, se recomienda la utilización de vasos de enseñanza y zonas poco profundas para los grupos de no nadadores.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere entrevista y/o prueba de nivel.
- **Tiempo de permanencia:** renovación preferente de una temporada a otra.
- **Número de alumnos/as por grupo:**

Vaso de enseñanza: máximo 20 alumnos/as, si bien se tendrán en cuenta las características físicas de la piscina.
Piscina de 25 m: máximo 15 alumnos/as 1 calle.
Piscina 50 m: 15 alumnos/as – 1 calle.

- **Duración de las sesiones:** 30 minutos.

4. Programa para personas con discapacidad

Las actividades que componen este programa están orientadas a aquellas personas que por su tipo de discapacidad física, intelectual, sensorial y con trastornos mentales, no pueden integrarse en las actividades establecidas en la presente resolución para las diferentes categorías. Una de las finalidades del programa es la de poder incorporarse más adelante a las actividades del Programa General de clases y escuelas.

Asimismo, se podrán incluir en este programa específico aquellas personas sin discapacidad que quieran acompañar a las personas con discapacidad para el apoyo de su práctica.

Objetivos:

- Mejorar el estado físico y psicológico de las personas con discapacidad contribuyendo a su autonomía funcional y social.
- Promover y posibilitar la práctica deportiva en un entorno de inclusión efectiva y próximo a su contexto social y familiar.
- Ofrecer alternativas de práctica saludable durante el tiempo de ocio que den a conocer nuevas propuestas y tendencias.
- Fomentar la capacidad de interrelación social a través de la práctica de actividad físico-deportiva promoviendo la cohesión social.

Características Generales:

- **Duración de las actividades:** las actividades que comprenden este apartado se podrán programar:
 - o con la misma duración y continuidad del Programa General de clases y escuelas (10 meses, de septiembre a junio) y el Programa de verano. (*)
 - o con duración determinada, como cursos intensivos o sesiones puntuales.

(*) En las escuelas en colaboración la duración de la temporada será la establecida en el convenio correspondiente.

- **Edades:** las establecidas en Programa General de clases y escuelas.
- **Frecuencia sesión:** será de una o dos sesiones semanales.
- **Formación de grupos:** deberá realizarse intentando mantener el principio de homogeneidad, formándose por el tipo y grado de discapacidad, nivel técnico y edades.

Se podrán programar grupos específicos con acompañante para prestar apoyo en el desarrollo de la actividad.

- **Entrevista/prueba de nivel/otros requisitos:** se requiere acreditación de la discapacidad y entrevista previa.
- **Permanencia en la actividad:** como norma general, las actividades para personas con discapacidad tienen carácter continuado y se realizará la renovación preferente de una temporada a otra de aquellos alumnos que no puedan incluirse en las actividades normalizadas, siempre que se cumplan los requisitos en cuanto a asistencia y trámites administrativos.
- **Número de alumnos/as por grupo:** vendrá determinado por el grado de discapacidad y las características técnicas de cada actividad.
- **Duración de las sesiones:**
 - Actividades acuáticas: 45 minutos.
 - Resto de actividades: 60 minutos.
- **Actividades:** se podrán programar las actividades contempladas en la presente Resolución para los diferentes grupos de edad, adaptándolas a las características y necesidades de los diferentes tipos de discapacidad, así como otras modalidades deportivas específicas para personas con discapacidad.

5. Programas de ejercicio físico y salud

Estos programas se pueden desarrollar en el medio acuático, en sala o al aire libre y están dirigidos a grupos de población con necesidades especiales que por prescripción médica o por su estado de salud, necesitan un trabajo específico, que además de permitirles una incorporación a la práctica deportiva progresiva, les permita conocer sus capacidades y limitaciones, con el fin de poder incorporarse a las actividades del Programa General de clases y escuelas o trabajar de forma autónoma.

La recomendación o prescripción médica no implicará elemento rehabilitador alguno.

Objetivos:

- Mejora de la condición física y la salud para inclusión en los programas generales.
- Obtener los conocimientos necesarios para poder realizar ejercicio físico de una forma saludable en relación con su estado de salud.
- Adquirir hábitos saludables.
- Prevenir el sedentarismo.
- Combatir el estrés, incidiendo en el equilibrio psicológico.
- Fomentar la relación social, en el marco del respeto, solidaridad e igualdad.
- Ofrecer alternativas para la ocupación del tiempo de ocio.

- **Duración de las actividades:** las actividades que comprenden este apartado se programarán con una duración determinada.
- **Edades:** las establecidas en programas de actividades dirigidas.
- **Formación de grupos:** deberá realizarse intentando mantener el principio de homogeneidad.

5.1. Programa de acondicionamiento físico general para la salud

Estas actividades están dirigidas a personas con una condición física muy baja; por lo que necesitan alcanzar la condición física mínima y/o los conocimientos de autocontrol suficientes, para poder practicar actividades físico deportivas de forma normalizada.

Se podrán incluir en este programa aquellas personas con situaciones especiales para la práctica del ejercicio físico relacionadas con el síndrome metabólico, problemas de huesos o musculares, etc...para lo que deberán presentar informe médico que incluya detalle de las posibles contraindicaciones, en su caso.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere presentación de informe médico y entrevista previa y, en su caso prueba de nivel.
- **Permanencia en la actividad:** una temporada o la duración establecida en las actividades de duración determinada.
- **Número de alumnos/as por grupo:**

Actividades acuáticas:

- Grupo de no nadadores: máximo 10 alumnos/as.
- Grupo de nadadores/as: máximo 15 alumnos/as.

Actividades en sala: máximo 15 alumnos/as.

- **Duración de las sesiones:** Actividades acuáticas: 45 minutos.
Actividad sala: 60 minutos.

5.2. Programas de acondicionamiento físico específico para la salud

Además de las definidas a continuación, y siempre que exista demanda, se podrán programar otras actividades para otros grupos de población con necesidades específicas, previa aprobación de la Dirección General de Deportes.

Estas actividades tienen la finalidad de atender a aquellas personas que, independientemente de su nivel de condición física, tienen una necesidad de

atención especial por motivos de salud para la práctica del ejercicio físico, ya sea de forma circunstancial como en el caso de embarazo, ya sea por razones de enfermedad que precisan la práctica de actividad física para la mejora de su proceso, pero que no pueden o no deben realizarlas inicialmente en grupos normalizados con seguridad.

5.2.1. Actividades de fomento de hábitos saludables

Estas actividades tienen la finalidad de reforzar el consejo sanitario de ejercicio físico de los profesionales sanitarios en coordinación con los Centros Deportivos Municipales para impulsar la adhesión a la práctica del ejercicio, mediante la realización de sesiones de actividad dirigida y sesiones teóricas de educación para la salud.

El desarrollo de las actividades se coordinará conjuntamente por los profesionales del deporte y de la salud.

- **Inscripciones:** será obligatorio cumplir los criterios médicos de incorporación y presentar la “prescripción médico deportiva” expedida por el personal sanitario.
- **Duración:** 66 sesiones/una temporada deportiva.
- **Edades:** las establecidas en programas de actividades dirigidas.
- **Frecuencia sesión:** será de una o dos sesiones semanales.
- **Número de alumnos/as por grupo:** 30 alumnos máximo.
- **Duración de las sesiones:** 60 minutos.
- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere entrevista previa.
- **Permanencia:** solo se podrán inscribir en la actividad una vez.
- **Incompatibilidad:** no podrá simultanearse la inscripción en este actividad con su participación en otro programa de actividades dirigidas organizado por el Ayuntamiento de Madrid.
- **Actividades:** sesiones prácticas dirigidas y sesiones teóricas de educación para la salud. Estas actividades podrán consistir en: paseos saludables, actividades de prevención, actividades de ámbito familiar, etc...
- **Asistencia:** la asistencia será obligatoria. 2 faltas injustificadas supondrán el abandono de la actividad sin derecho a devolución.

5.2.2. Actividad acuática en el embarazo y/o post-parto

Se trata de una actividad dirigida a mujeres gestantes y después del parto, cuyos objetivos generales consisten en contribuir a la mejora física y psíquica de la mujer, logrando las mejores condiciones en todo el embarazo y después del parto.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se recomienda entrevista previa y presentación de informe o prescripción médica. Prueba de nivel en el caso de ser necesario.
- **Tiempo de permanencia:** se facilitará la renovación preferente de una temporada a otra cuando el periodo de gestación o la recuperación se encuentren entre dos temporadas. La permanencia en la actividad post-parto estará en función del tiempo de recuperación de cada alumna: en general no excederá de los diez meses.
- **Número de alumnos/as por grupo:**
 - Piscina de 25 m: 10 alumnas.
 - Piscina de 50 m: 15 alumnas.
- **Duración de las sesiones:** 45 minutos.

5.2.3. Actividades de acondicionamiento cardiovascular

Estas actividades están dirigidas a personas con alguna enfermedad del sistema cardiovascular que, por prescripción médica, necesitan un trabajo específico de acondicionamiento cardiovascular, cuya finalidad es alcanzar la condición física suficiente y los conocimientos de autocontrol, para poder practicar actividades físico deportivas de forma normalizada.

En este programa se distinguirán dos fases de trabajo:

▪ **Fase 1: Acondicionamiento Cardiovascular Médico-Deportivo (Servicio de Medicina Deportiva)**

Consiste en la aplicación de un programa de acondicionamiento cardiovascular individualizado, bajo supervisión y control por el servicio de medicina deportiva del Centro Deportivo, a personas con alguna enfermedad del sistema cardiovascular, que precisan practicar actividades físicas para mejorar su proceso y que no puedan realizarlas inicialmente en grupos normalizados. Con el objetivo final de alcanzar la condición física suficiente para participar en actividades normalizadas.

Entrevista/prueba de nivel: el acceso se realizará previa petición de consulta en el servicio de medicina deportiva para que el médico responsable del programa evalúe los informes clínicos correspondientes y considere la idoneidad para participar en el programa.

Permanencia en la actividad: la permanencia vendrá condicionada por el nivel de adaptación que consiga el usuario de acuerdo a su situación clínica,

estimándose en general entre 6 y 12 meses de supervisión por el centro de medicina deportiva.

Número de alumnos/as por grupo: dependerá del número de ergómetros, características de la sala y personal sanitario disponible. Siendo en general aceptable un máximo de 10 alumnos.

Duración de las sesiones: 60 minutos.

▪ **Fase 2: Acondicionamiento Físico Cardiovascular (Servicio Deportivo con apoyo del personal sanitario)**

Orientada a personas que han superado la fase 1 anteriormente descrita y/u otras que vengan con prescripción médica por patologías o factores de riesgo de enfermedad cardiovascular, que precisan practicar actividades físicas para mejorar su proceso y que no puedan realizarlas inicialmente en grupos normalizados. Con el objetivo final de alcanzar la condición física suficiente para participar en actividades normalizadas.

Estas actividades solo se podrán programar en los Centros Deportivos Municipales con servicio de medicina deportiva y se desarrollaran por personal técnico deportivo con el apoyo del personal sanitario.

- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere presentación de informe médico y entrevista previa y en su caso prueba de nivel.
- **Permanencia en la actividad:** una temporada o la duración establecida en las actividades de duración determinada.
- **Número de alumnos/as por grupo:**

Actividades acuáticas cardiovasculares:

- Grupo de no nadadores: máximo 10 alumnos/as.
- Grupo de nadadores/as: máximo 10 alumnos/as.

Actividades en sala cardiovasculares: máximo 10 alumnos/as.

- **Duración de las sesiones:** Actividades acuáticas: 45 minutos.
Actividad sala: 60 minutos.

5.2.4. Escuela de espalda

La Escuela de espalda está dirigida a las personas con patologías de la columna como: alteraciones de la estática vertebral, desequilibrios musculares y dolores crónicos de espalda que precisan técnicas complementarias de ejercicios, tras haber sido tratados previamente en un servicio de fisioterapia.

Entrevista/prueba de nivel: usuarios que han sido tratados en el servicio de fisioterapia o por prescripción médica y precisen realizar la actividad a criterio del fisioterapeuta.

Permanencia en la actividad: cursos intensivos de 1 mes.

Número de alumnos/as por grupo: máximo de 10 personas.

Duración de las sesiones: 50 minutos.

6. Programa Familiar

Programa dirigido a interrelacionar y coordinar actividades para diferentes edades, en torno al núcleo familiar, que complementen y concilien los tiempos de práctica deportiva y de espera del entorno familiar con la finalidad de promover la práctica deportiva.

Objetivos:

- Promover la participación de las familias conjuntamente en actividades de ocio deportivo, generando nuevas alternativas.
- Proporcionar aportaciones y apoyo técnico a las familias para que desarrollen adecuadamente su función de agente educativo, transmisor de valores y especializado en la socialización e integración de los niños y las niñas (convivencia, respeto, solidaridad...)
- Fomentar el hábito deportivo, creando pautas de comportamiento saludables a través del aprendizaje y la práctica deportiva.
- Desarrollar la capacidad de autonomía para la práctica deportiva en el tiempo de ocio.

Características generales:

Duración del Programa: las actividades que comprenden este programa se podrán programar:

- con la misma duración y continuidad del Programa General de clases y escuelas (10 meses, de septiembre a junio) y el Programa de verano.
- con duración determinada, como cursos intensivos, jornadas puntuales en fines de semana, periodos de vacaciones ...

Frecuencia de las sesiones: cuando la duración de la actividad sea de 10 meses, la frecuencia de las sesiones será entre una y dos a la semana.

Además de las actividades definidas a continuación, se podrán programar otras de las comprendidas en el Programa General de clases y escuelas y el Programa deportivo en la calle, u otras distintas, previa autorización de la Dirección General de Deportes.

6.1. Matronatación

Se trata de clases dirigidas a la familiarización y adaptación de las niñas y los niños con el medio acuático, con el objetivo de que consigan moverse en este medio con seguridad a través del juego, mediante el apoyo, en el agua, de su madre, padre o tutor/a.

Esta actividad podrá programarse en aquellos centros que cuenten con vaso de enseñanza. La temperatura del agua deberá ser en torno a 30 grados.

- **Edades:** de 1 a 4 años.
- **Número de alumnos/as por grupo:** el número máximo será de 8.
- **Duración de las sesiones:** 30 minutos.

6.2. Matrogimnasia

Actividad realizada en sala, dirigida a madres o padres con los bebés, con la finalidad de trabajar el vínculo afectivo a través del ejercicio físico, de forma lúdica y recreativa.

- **Edades:** a partir de 3 meses hasta 4 años.
- **Número de alumnos/as por grupo:** el número máximo será de 10.
- **Duración de las sesiones:** 45 minutos.
- **Formación de los grupos:** deberá realizarse bajo el principio de homogeneidad, formándose los grupos necesarios por actividad, siempre que exista suficiente demanda.

La configuración de los grupos con respecto a la edad será:

- Grupos desde tres meses a 12 meses.
- Grupos desde 13 meses a 4 años.

6.3. Actividades “Mientras Esperas”

Con el fin de conciliar y complementar los tiempos de práctica deportiva y tiempos de espera, se podrán programar actividades en los mismos horarios, para los acompañantes de menores así como actividades de carácter lúdico deportivo para niños pequeños que permitan a sus acompañantes realizar su práctica deportiva. Las actividades que se programen deberán estar contempladas en el Programa de clases y escuelas.

Actividades para acompañantes: además de las contempladas en el programa general de clases y escuelas y que puedan programarse en los mismos horarios, en aquellos Centros Deportivos Municipales que tengan la posibilidad de utilizar espacios abiertos dentro o fuera del centro, se podrán diseñar circuitos de ejercicios básicos o caminatas, para que puedan realizarse de forma autónoma por los acompañantes.

Actividades lúdicas para niños: este tipo de actividades tendrán una finalidad recreativa y de entretenimiento, facilitando a las niñas y niños materiales para jugar.

7. Programas deportivos en la calle

La finalidad de estos programas es ampliar los servicios deportivos aprovechando la utilización de espacios públicos para la práctica deportiva.

El objetivo es promover la práctica de ejercicio físico al aire libre para la adquisición de hábitos saludables, ofreciendo a la ciudadanía los conocimientos básicos para su autonomía, fomentando la relación social y la ocupación del ocio y tiempo libre.

Programas:

- Caminar por Madrid.
- Corredores por Madrid
- Ejercicio físico al aire libre.

7.1. Programa Caminar por Madrid

Este programa tiene la finalidad de promover la capacidad del ciudadano para el uso autónomo de espacios e itinerarios en parques y zonas verdes a través de sesiones que ofrezcan los conocimientos básicos para ello, dando a conocer la red de espacios o itinerarios para realizar a pie.

Objetivos:

- Conocimiento de principios y pautas básicas para caminar que posibilite su autonomía en esta actividad.
- Desarrollo de las capacidades físicas y habilidades básicas a través de la marcha.
- Afianzar la actividad de caminar como hábito saludable en su vida cotidiana.
- Desarrollo de las capacidades de comunicación e interrelación social, fomentando la formación de grupos para su práctica autónoma.
- Dar a conocer la ubicación de los diferentes circuitos e itinerarios del municipio de Madrid.

Características generales:

- Duración del Programa:

- Con la misma duración y continuidad del Programa General de clases y escuelas (10 meses, de septiembre a junio) y el Programa de verano.
- Con duración determinada, como cursos intensivos, sesiones puntuales en fines de semana, periodos de vacaciones ...

- Frecuencia de las sesiones: una sesión a la semana.

- Edades: a partir de 15 años (la inscripción de los menores de 18 años se registrará por lo dispuesto en la Resolución de la Directora General de Deportes de 6 de junio de 2011)

- Formación de grupos: deberá realizarse intentando mantener el principio de homogeneidad.

- Entrevista/prueba de nivel: se recomienda entrevista.

- Permanencia en la actividad: una temporada o la duración establecida en los cursos intensivos.

- Número de alumnos/as por grupo: máximo 40 alumnos.

- Duración de las sesiones: 1 hora y 15 minutos.

7.2. Corredores por Madrid

Este programa tiene la finalidad de promover la actividad de correr de forma autónoma en espacios e itinerarios en parques y zonas verdes y su entorno próximo, mediante sesiones de carrera y ofreciendo a los corredores los conocimientos básicos para ello.

Objetivos:

- Conocimiento de principios y pautas básicas para la carrera que posibilite su autonomía en esta actividad.
- Desarrollo de las capacidades físicas y habilidades básicas a través de la carrera.
- Ofrecer diferentes rutinas de entrenamiento, para la preparación de distintas distancias (10 km, media maratón...)
- Desarrollo de las capacidades de comunicación e interrelación social, fomentando la formación de grupos para su práctica autónoma.
- Dar a conocer la ubicación de los diferentes circuitos e itinerarios del municipio de Madrid.

Características generales:

- **Duración del Programa:**
 - o Con la misma duración y continuidad del Programa General de clases y escuelas (10 meses, de septiembre a junio) y el Programa de verano.
 - o Con duración determinada, como cursos intensivos, sesiones puntuales en fines de semana, periodos de vacaciones...
- **Frecuencia de las sesiones:** de una a dos sesiones a la semana.
- **Edades:** a partir de 15 años (la inscripción de los menores de 18 años se regirá por lo dispuesto en la Resolución de la Directora General de Deportes de 6 de junio de 2011)
- **Formación de grupos:** deberá realizarse intentando mantener el principio de homogeneidad.
- **Entrevista/prueba de nivel:** se recomienda entrevista.
- **Permanencia en la actividad:** una temporada o la duración establecida en los cursos intensivos.
- **Número de alumnos/as por grupo:** máximo 30 alumnos.
- **Duración de las sesiones:** 1 hora y 15 minutos máximo.

7.3 Ejercicio físico al aire libre

Este programa pretende facilitar la práctica de ejercicio físico en espacios abiertos, contribuyendo a crear hábitos saludables que mantengan una buena calidad de vida.

Objetivos:

- Favorecer la adquisición, el hábito y los conocimientos de actividad física para continuar de forma autónoma, bien solos, bien en compañía de otros.
- Desarrollo de las capacidades físicas y habilidades básicas a través de la práctica de actividad física.
- Enseñar el uso de los aparatos de mantenimiento físico instalados al aire libre en numerosos puntos del municipio.
- Desarrollo de las capacidades de comunicación e interrelación social, fomentando la formación de grupos para su práctica autónoma.
- Dar a conocer la ubicación de los diferentes circuitos e itinerarios del municipio de Madrid.

Características generales:

- Duración del Programa:

- o Con la misma duración y continuidad del Programa General de clases y escuelas (10 meses, de septiembre a junio) y el Programa de verano.
- o Con duración determinada, como cursos intensivos, sesiones puntuales en fines de semana, periodos de vacaciones...

- **Frecuencia de las sesiones:** de una a dos sesiones a la semana.
- **Edades:** a partir de 15 años (la inscripción de los menores de 18 años se regirá por lo dispuesto en la Resolución de la Directora General de Deportes de 6 de junio de 2011).
- **Formación de grupos:** deberá realizarse intentando mantener el principio de homogeneidad.
- **Entrevista/prueba de nivel:** se recomienda entrevista.
- **Permanencia en la actividad:** una temporada o la duración establecida en los cursos intensivos.
- **Número de alumnos/as por grupo:** máximo 30 alumnos.
- **Duración de las sesiones:** 1 hora y 15 minutos.

8. Programa deportivo de verano

Las actividades deportivas en el periodo de verano tienen la finalidad de ofrecer a la población, la posibilidad de continuar la práctica deportiva durante este periodo, con un formato diferente, así como dar a conocer nuevas actividades.

Características Generales:

Duración del Programa: meses de julio y agosto.

Las actividades mantendrán las mismas características que los programas contemplados en esta resolución en cuanto a:

- Categorías/edades en las actividades.
- N° de alumnos.
- Formación de los grupos.

Frecuencia de las sesiones: se podrá mantener el formato de las actividades que son de continuidad del Programa de actividades dirigidas contemplados en esta resolución.

Para las actividades específicas de verano se programará en el formato de cursos intensivos con una duración mínima de 5 días.

8.1. Cursos de natación

Estos cursos tienen la finalidad de enseñar a desenvolverse en el medio acuático, con un objetivo utilitario e iniciarse en la práctica de la natación, teniendo un carácter lúdico recreativo en especial para los cursos programados para niñas y niños.

Objetivos:

- Adquirir la técnica básica para desenvolverse en el agua sin peligro para su vida.
- Conocer las reglas básicas de seguridad e higiene en el medio acuático.
- Iniciarse en la práctica de nuevas modalidades acuáticas.
- Establecer la base de valores que influyan en la convivencia, la no discriminación y la igualdad de género.
- Favorecer hábitos saludables.
- Favorecer la conciliación familiar en cuanto a horarios en periodos vacacionales.

- **Duración:** mínimo 5 días.
- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
- **Duración de las sesiones:** 30 minutos.
- **Frecuencia:** diaria, de lunes a viernes.
- **Número de alumnos/as por grupo:** los establecidos en Programa General de clases y escuelas.

8.2. Cursos de iniciación a las modalidades acuáticas

Estos cursos comprenden la iniciación básica a modalidades acuáticas como waterpolo, natación sincronizada, salvamento y socorrismo, snorkel, piragüismo, kayakpolo, etc, pudiendo programarse para una o varias de estas modalidades.

Objetivos:

- Iniciarse en la práctica de nuevas modalidades acuáticas.
 - Adquirir la técnica básica de las modalidades acuáticas.
 - Conocer las reglas básicas de seguridad e higiene en el medio acuático.
 - Establecer la base de valores que influyan en la convivencia, la no discriminación y la igualdad de género.
 - Favorecer hábitos saludables.
- **Duración:** mínimo 5 días.
 - **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere prueba de nivel.
 - **Duración de las sesiones:** 60 minutos.
 - **Número de alumnos/as por grupo:** entre 15 y 25 alumnos/as en función de las diferentes edades y modalidades.

8.3. Cursos polideportivos/Campamentos de verano

Los cursos polideportivos y campamentos de verano se caracterizan por iniciar, mediante el juego, a la práctica deportiva, dando a las niñas y a los niños la posibilidad de conocer varias modalidades deportivas de forma lúdica y recreativa.

Se denominarán Campamentos de verano aquellos cursos que tengan una duración diaria mínima de 6 horas.

Objetivos:

- Adquirir conocimientos técnicos básicos de diferentes modalidades deportivas.
- Conocer las reglas básicas de juego.
- Conocer nuevas alternativas para la ocupación de su tiempo de ocio.
- Establecer la base de valores que influyan en la convivencia, la no discriminación y la igualdad de género.
- Favorecer hábitos saludables.

En estos cursos y campamentos se podrán incluir actividades de diferentes modalidades deportivas, juegos alternativos y actividades rítmicas, talleres relacionados con la actividad física, el deporte y actividades en el medio natural (bicicleta, senderismo...). Las modalidades deportivas que se incluyan, se seleccionarán atendiendo a las posibilidades que ofrezca cada Centro Deportivo Municipal y su entorno.

- **Duración:** mínimo 5 días.
- **Duración de las sesiones:**
 - Cursos polideportivos: mínimo 2 horas diarias, pudiendo ampliarse en módulos de 60 minutos. Los cursos que se programen con una duración superior a 2 horas en los Centros Deportivos con piscina, contarán necesariamente con 30 minutos de actividad acuática.
 - Campamentos de verano: mínimo 6 horas diarias.
- **Numero de alumnos/as por grupo:** en los cursos de más de dos horas diarias de duración, el máximo de alumnos/as por profesor/a será de 15.

8.4. Campus deportivos

Los campus deportivos, se caracterizan por ser cursos específicos de una modalidad deportiva, podrán ser de iniciación o perfeccionamiento.

- **Duración:** mínimo 5 días.
- **Duración de las sesiones:** mínimo 2 horas diarias, pudiendo ampliar la duración en módulos de 60 minutos. Los campus que se programen en los Centros Deportivos con piscina, contarán necesariamente con 30 minutos de actividad acuática.
- **Numero de alumnos/as por grupo:** en los cursos de más de dos horas diarias de duración, el máximo de alumnos/as por profesor/a será de 15 en deportes individuales y 25 en deportes colectivos.

9. Programa Entrenamiento Personal

Programa de actividad dirigida individualizada orientado a atender necesidades específicas a demanda del ciudadano a través de sesiones prácticas que traten y mejoren aspectos técnicos relacionados con la práctica deportiva cotidiana de la persona, ya sea de forma autónoma u otra relacionada con las modalidades deportivas incluidas en el programa deportivo municipal.

Objetivos:

- Proporcionar conocimientos técnicos para favorecer la práctica deportiva autónoma de las personas, mejorar aspectos posturales, perfeccionar algún gesto deportivo en concreto, mejorar su control postural, favorecer la incorporación en un programa colectivo de actividad dirigida ya iniciado ...
- Valorar la condición física de las personas en relación con la salud, la actividad física y/o el rendimiento deportivo, antes del inicio y periódicamente durante la práctica deportiva.
- Diseñar y/o actualizar planes de entrenamiento específicos para el desarrollo de una modalidad deportiva.

Características del Programa:

- **Número de personas:** Individual.
- **Duración:** 1 hora.
- **Entrevista/prueba de nivel:** se requiere entrevista previa que determine la necesidad y especialización del servicio solicitado, a partir de la cual se podrá concertar en su caso, la cita correspondiente.
- **Frecuencia de las sesiones:** con carácter general se determinará un número limitado de sesiones, siempre en función de las necesidades que se detecten, la disponibilidad de recursos técnicos y la demanda del programa deportivo del centro.

Tipos de sesiones:

- Enseñanza, seguimiento y revisión de rutinas y/o planes de entrenamiento diseñados para el trabajo autónomo.
- Enseñanza, seguimiento y revisión de aspectos técnicos relacionados con las modalidades deportivas incluidas en el programa.
- Valoraciones integrales de la condición física relacionadas con los objetivos de salud, rendimiento y estéticos.

10. Programas de Psicomotricidad. Características y actividades

Los programas de psicomotricidad se clasifican en: Programa General de Psicomotricidad Infantil, Programa de Psicomotricidad Infantil de Verano y Programa de Psicomotricidad DOS.

10.1. Programa General de Psicomotricidad Infantil

Programa orientado a favorecer el desarrollo general de niños y niñas a través de dos acciones complementarias: la impartición de sesiones directamente con los niños/as y la realización regular de tutorías con los padres, madres o tutores legales.

Objetivos:

- Favorecer el desarrollo personal de cada niño/a, atendiendo a sus características motrices, cognitivas, afectivas y de socialización, a través de una acción pedagógica basada en juegos de movimiento.
- Permitir el primer acercamiento y la familiarización con el entorno del centro deportivo y las distintas actividades que en él se desarrollan.
- Desde el respeto a la diversidad, incorporar e integrar a aquellos niños/as con necesidades educativas especiales en un entorno normalizado.
- **Edades:** de 3 a 8 años.
- **Entrevista/prueba de nivel:** se podrá requerir entrevista.
- **Duración:** 10 meses, de septiembre a junio del siguiente año (ambos incluidos)
- **Régimen de sesiones y tutorías:**

1) Sesiones:

- o Inicio y finalización: desde mediados de septiembre (coincidente con el calendario escolar) a mediados de junio (dejando libres las dos últimas semanas de junio para tutorías de fin de curso).
- o Duración: 45 minutos.
- o Frecuencia: Para cada grupo, 2 sesiones semanales en lunes y miércoles o en martes y jueves.

2) Tutorías:

- o Inicio y finalización: se distinguen las que se desarrollan durante el curso (de mediados de noviembre a mediados de mayo), a celebrar después de las sesiones, de aquellas de final de curso que se celebran en la segunda quincena de junio.

- o Duración: las que se desarrollan durante el curso, un mínimo de 30 minutos por niño/a y las que se desarrollan a final de curso, un mínimo de 20 minutos por niño/a.
- o Frecuencia: las que se desarrollan durante el curso, un máximo de 2 tutorías diarias de lunes a jueves y las que se desarrollan a final de curso, un máximo de 12 tutorías diarias.
- **Formación de grupos y niveles:** el número de grupos por Centro Deportivo Municipal para cada temporada se conformará por la Dirección General de Deportes en atención a la demanda potencial, no excediendo en ningún caso de ocho grupos por técnico.

La Dirección General de Deportes establecerá y comunicará a los Centros Deportivos Municipales el número de grupos, niños/as por grupo, los horarios de las sesiones en función de las características de edad de los niños/as, así como los horarios y distribución de las tutorías y el resto de las tareas.

No obstante, atendiendo a las especiales características o complejidad de algún grupo, los horarios y el número de niños/as podrían ser modificados, bien de una temporada a otra o dentro de una misma temporada por la Dirección General de Deportes.

- **Tiempo de permanencia:** Tendrán renovación preferente de una temporada a otra. Se entiende, con carácter general, que el tiempo máximo idóneo de permanencia es de tres cursos sin exceder la edad de 8 años, salvo en aquellos niños/as con necesidades educativas especiales que podrán permanecer más tiempo sin exceder la edad de 9 años, siempre en atención a sus características particulares y siempre previo acuerdo con los padres, madres o tutores legales de los niños/as y con autorización de la Dirección General de Deportes.
- **Asistencia a tutorías:** Con carácter general, únicamente tienen derecho a solicitar y mantener tutorías, los padres, madres o tutores legales de los niños/as, en la fecha y calendarios establecidos, tras solicitud previa. Excepcionalmente, podrán tener lugar fuera de dicho calendario, a criterio y disponibilidad del técnico de psicomotricidad.

10.2. Programa de Psicomotricidad Infantil de Verano

La actividad de Psicomotricidad de Verano se realizará en el mes de julio en los centros deportivos en los que se programe y en función de las características de la demanda y recursos de espacios y unidades deportivas de que se disponga en dichos centros.

- **Edad:** comprenderá a los/as nacidos cuatro y/o cinco años antes del año en curso, aunque este tramo de edad podrá ser ampliado a niños/as mayores en función de la demanda, a propuesta de la Dirección General de Deportes.

- **Duración:** diez sesiones por ciclo. Dos ciclos por mes. Cada niño/a podrá inscribirse indistintamente a uno o los dos ciclos programados para el mes.
- **Número de niños/as por grupo:** hasta 8 niños/as por técnico de psicomotricidad.
- **Jornadas:**
Duración: todas las jornadas tendrán una duración mínima de 120 minutos.
Frecuencia: diaria, de lunes a viernes.
- **Tutorías:** los padres, madres o tutores legales de los niños/as podrán mantener el primer día de cada ciclo una reunión informativa con el técnico responsable de la coordinación de la actividad, así como otra el último día de cada ciclo con el técnico de psicomotricidad designado para el seguimiento del niño/a.

10.3. Programa de Psicomotricidad DOS

Concebido como un curso especial, se programará por la Dirección General de Deportes en aquellos Centros Deportivos donde, a su vez, se imparte el Programa General de Psicomotricidad, bien con un calendario preestablecido o bien, en función de las necesidades de complementación o diversificación de la oferta de actividades dentro de los Programas de Psicomotricidad. Este programa va dirigido a los niños/as de las edades que se indican a continuación y a un progenitor (padre o madre) o, en su caso, persona que conviva directamente con el niño/a, con distintos objetivos específicos para cada uno de ambos tipos de usuarios.

Tiene como objetivos:

- o Propiciar un entorno de encuentro y relación entre la madre o padre con su hijo/a, mediante acciones y situaciones compartidas de juego y movimiento propias de la psicomotricidad, orientado al aprendizaje y participación mutua en los procesos de desarrollo infantil propios de esa edad.
 - o Favorecer el desarrollo personal de cada niño/a, atendiendo a sus características motrices, cognitivas, afectivas y de socialización, a través de una acción pedagógica basada en juegos de movimiento.
 - o Abierta a todos los niños/as. También para aquellos que pudieran presentar alguna necesidad educativa especial, permitiendo su inclusión en un entorno normalizado.
- **Edad:** comprenderá preferentemente a los niños/as que tengan cumplidos o vayan a cumplir dos años durante la temporada. Para cada curso se establecerá el año de nacimiento correspondiente.
 - **Duración:** 20 sesiones de 30 minutos cada una, correlativas a razón de dos por semana, pudiéndose modificar esta frecuencia en función de necesidades de programación.

- **Nº de alumnos/as por curso:** se ofertarán entre 3 y 7 parejas, según condiciones de la sala de psicomotricidad.

La presente resolución, que sustituye a la de 5 de julio de 2012, surtirá efectos desde su firma y deberá encontrarse expuesta al público en la web municipal y en los tablones de anuncios de todos los Centros Deportivos Municipales, así como en las instalaciones deportivas básicas de acceso controlado que cuenten con el correspondiente tablón al efecto.

EL DIRECTOR GENERAL DE DEPORTES



Enrique Herrero Garro