
21 propuestas para la solución y mejora de 6 problemas comunes



**21 PROPUESTAS PARA LA SOLUCIÓN
Y MEJORA DE 6 PROBLEMAS COMUNES**



Serie Aprendiendo en Comunidad

© Dirección General de Deportes de la Comunidad
de Madrid. Programa Forodeporte, 2003
C/ Alcalá, 4
28014 Madrid
Teléfono: 91 580 40 76
Fax: 91 580 40 89
www.madrid.org

Edición a cargo de Cyan, S.A.

Imprime: B.O.C.M.

*Esta publicación puede ser reproducida siempre que se
haga constar el autor y la fuente.*

EN ESTA PUBLICACIÓN HAN COLABORADO LAS SIGUIENTES PERSONAS

En la supervisión del proceso de creación y realización de este manual:

- Atero, Carmen
Directora del Programa Forodeporte.
- Leiva, Miguel
Coordinador General del Programa Forodeporte.
- Gallego, Chusa
Coordinadora del Área de Publicaciones, Información y Difusión del Programa Forodeporte.
- Montero, Ana I.
Coordinadora de la publicación.

En el diseño y la validación inicial de Proyectos Piloto:

- Martínez, Raúl
- Díaz, Adriana
- Amorós, Javier
- Gaitán, Mario
- Hernández, José
- Herrero, Fernando
- Labrador, Marta
- Larrea, Gema
- Ramudo, Ignacio

Técnicos de las Áreas de Formación Abierta y de Apoyo a Municipios.
Recogiendo información de la implantación de los Proyectos Piloto:

- Amorós, Javier
- Hernández, José
- Quesada, Rafael
- Martínez, José Luis
- Ramudo, Ignacio
- Santiuste, Yolanda

Técnicos del Área de Apoyo a Municipios.

En la implantación, desarrollo y mejora de los Proyectos Piloto a nivel municipal:

- Álvarez, Conchi
- Álvarez, Juan Antonio
- Álvarez, Lucía
- Ampuero, José Antonio
- Arévalo, Mariano
- Arriola, Ismael
- Barahona, Antonio
- Barco, Francisco Javier
- Bartolomé, Manuel
- Baonza, David
- Benito, Rafael
- Benito, Oscar
- Bermuda, Juan
- Berrocal, Miguel Ángel
- Bitton, Marcelo
- Blanco, Carlos
- Bonilla, Vicente
- Caballeros, Yolanda
- Calle, Fernando
- Carmona, Antonio
- Carro, José
- Castell, Santiago
- Chantal, Lucía
- Cobo, Jesús
- Corredor, David
- Coto, Carlos
- De la Higuera, Rubén
- De la Puente, Gonzalo
- De las Heras, Miguel
- De Miguel, Francisco
- De Mingo, Carlos
- Del Campo, José Ramón
- Del Valle, Armando
- Díaz, Abel
- Díaz, Ángel
- Durán, Raúl
- Echegaray, Domingo
- Escudero, Marcelo
- Esteban, Vicente
- Estévez, María
- Estrada, Antonio
- Fernández, Ángel Pedro
- Fernández, Esther
- Fernández, Javier
- Fernández, Nicolás
- Fernández, Olga
- Franco, Rodrigo
- Fuentes, Adrián
- García, Ainhoa
- García, Begoña
- García, Ernesto
- García, Javier

- García, José A.
- García, María
- García, Marino
- García, Vicente
- Gómez, José Manuel
- González, Juan Carlos
- González, María Teresa
- Gordo, Javier
- Grimaldos, Mercedes
- Hernández, Catalina
- Hernández, José Antonio
- Hernando, Leire
- Herranz, Juan Carlos
- Herrero, Carlos
- Herrero, Estíbaliz
- Iglesias, Mercedes
- Jiménez, José Ignacio
- Justo, Saturnino
- López, Francisco Javier
- López, Marcos
- Lozano, Cristina
- Lozano, Mar
- Lucas, Luis Alberto
- Luengo, Silvia
- Mancho, Sergio
- Manzano, Roberto
- Maroto, Carlos
- Martín, Jorge
- Martín, Juan Luis
- Martín, Mercedes
- Martínez, Eduardo
- Martínez, Javier
- Martínez, Juan José
- Martínez, Valentín
- Miján, Manuel
- Minués, Andrés
- Montoya, Juan Antonio
- Morate, Pablo
- Moratilla, Ignacio
- Muñoz, Ángel
- Mur, José Antonio
- Oviedo, J. Julio
- Palomares, David
- Palomares, José Carlos
- Pardo, Carmen
- Pariente, Esther
- Pastor, Raquel
- Pastrana, Carlos
- Pedrojos, Virginia
- Perán, M^a Ángeles
- Perán, Rocío
- Perdiguero, Elisa
- Pérez, Cristina
- Prieto, José Ángel
- Puerta, Joaquín
- Ramos, José María
- Recas, Félix
- Reches, Carlos
- Regueras, José Ramón
- Riscos, Esther

- Rivera, Concepción
- Rodero, Alberto J.
- Rodríguez, Fátima
- Rodríguez, Loly
- Rodríguez, Manuel
- Rodríguez, Roberto
- Rodríguez, Rubén
- Romero, Agustín
- Romero, María del Mar
- Rubio, Ángel Luis
- Rubio, Amparo
- Salido, Sonia
- Sánchez, Alejandro
- Sánchez, Ana
- Sánchez, Antonio
- Sánchez, Fernando
- Sánchez, Gonzalo
- Sánchez, Jesús
- Sánchez, Remedios
- Sánchez, Pedro Luis
- Sánchez, Susana
- Sánchez, Victoriano
- Santander, Inmaculada
- Sáenz, Santiago
- Sarria, Betina
- Seijo, Christian
- Sierra, Ana
- Soto, María del Carmen
- Tascón, Sonia
- Tendero, M^a Antonia
- Toledo, Verónica
- Trigueros, Emilio
- Treceño, Germán
- Valenciano, Ana
- Vaquero, Sandra
- Vegas, Roberto
- Vidal, Rafael
- Vivo, José María
- Yanguas, Lourdes

En esta publicación han colaborado también Alcaldes, Tenientes de Alcalde, Concejales de Deportes, Concejales de Cultura y Educación, Gerentes, Directores Técnicos Deportivos, Coordinadores de Deportes, Técnicos y Monitores Deportivos, Agentes de Desarrollo Local, Técnicos de Juventud, Personal de Administración y Voluntarios de los siguientes Municipios:

- Algete
- Ambite
- Batres
- Belmonte de Tajo

- Brea de Tajo
- Brunete
- Bustarviejo
- Cabanillas de la Sierra
- Camarma de Esteruelas
- Campo Real
- Carabaña
- Casarrubuelos
- Cenicientos
- Cercedilla
- Chapinería
- Chinchón
- Ciempozuelos
- Cobeña
- Collado Mediano
- Colmenar de Oreja
- Colmenarejo
- Corpa de Tajo
- Cubas de la Sagra
- Daganzo de Arriba
- El Álamo
- El Escorial
- El Molar
- Estremera
- Fresno de Torote
- Fuente el Saz de Jarama
- Fuentidueña de Tajo
- Galapagar
- Griñón
- Guadalix de la Sierra
- Guadarrama
- Hoyo de Manzanares
- Loeches
- Los Santos de la Humosa
- Manzanares El Real
- Meco
- Mejorada del Campo
- Miraflores de la Sierra
- Moraleja de En medio
- Moralarzarzal
- Morata de Tajuña
- Navacerrada
- Navas del Rey
- Nuevo Baztán
- Olmeda de las Fuentes
- Orusco de Tajuña
- Paracuellos del Jarama
- Pedrezuela
- Pelayos de la Presa
- Perales del Tajuña
- Pezuela de las Torres
- Pozuelo del Rey
- Rascafría
- Ribatejada
- San Agustín de Guadalix
- San Lorenzo del Escorial
- San Martín de Valdeiglesias
- Santa María de la Alameda

- Santorcaz
- Serranillos del Valle
- Soto del Real
- Tielmes
- Titulcia
- Torrelaguna
- Torrelorones
- Torremocha del Jarama
- Torres de la Alameda
- Valdaracete
- Valdeavero
- Valdelaguna
- Valdemanco
- Valdemaqueda
- Valdemorillo
- Valdeolmos Alalpardo
- Valdepiélagos
- Valdetorres del Jarama
- Valdilecha
- Valverde de Alcalá
- Velilla de San Antonio
- Venturada
- Villa del Prado
- Villaconejos
- Villalbilla
- Villamanrique de Tajo
- Villamanta
- Villamantilla
- Villanueva de la Cañada
- Villanueva de Perales
- Villar del Olmo
- Villarejo de Salvanes
- Zarzalejo

Presentación

En el año 2001 se puso en marcha el “Proyecto para el desarrollo de la actividad Física y Deportiva en Municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid”, promovido por la Dirección General de Deportes a través del programa Forodeporte, con el propósito de mejorar la adecuación de los servicios relacionados con las actividades físico deportivas a las necesidades de desarrollo personal y social de los habitantes de dichos municipios, al tiempo que se daba respuesta a las, cada vez más numerosas, demandas de asesoramiento e información por parte de estas entidades.

Con el lema “Soluciones comunes a problemas comunes” se inició una campaña de formación y asesoramiento con los 155 municipios de menos de 20.000 habitantes de nuestra Comunidad para actuar sobre los principales problemas detectados. Estas actuaciones dieron como resultado seis ejes de actuación para conseguir el desarrollo de la actividad físico-deportiva en nuestros municipios, a los que se adscriben un total de 21 proyectos de intervención.

El manual que ahora presentamos recoge todos estos proyectos desarrollados de forma exhaustiva, con indicaciones precisas de cómo aplicar cada uno de ellos paso a paso, y teniendo en cuenta las posibles variaciones que de ellos se puedan hacer.

Debido a su contenido fundamentalmente práctico, creemos que esta nueva publicación será una herramienta de trabajo muy útil para los técnicos deportivos que realizan su labor en los Municipios, y ayudará a generar nuevas iniciativas que favorezcan el desarrollo de la actividad física y deportiva en nuestra Comunidad.

Como en anteriores publicaciones quiero agradecer de nuevo desde estas líneas, la colaboración de todas aquellas personas que han hecho posible la ejecución de este proyecto y la materialización de este manual, gracias a todos los Alcaldes, Concejales, y Técnicos deportivos, así como a los voluntarios, que con su esfuerzo, empeño e ilusión hacen posible la mejora constante de nuestra labor educativa común.

Antonio Garde Fernández-Fontecha
Director General de Deportes

Índice

INTRODUCCIÓN **17**

CAPÍTULO 1. AUMENTAR LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO – DEPORTIVAS **27**

Actividad física en familia	29
Caminos con encanto	35
Miniolimpiada	41
Actividad física en casa	49
Escuela saludable	57
Jugando con nietos	64
A tu hora	71
Erase una vez el juego	76
El camino más largo de vuelta a casa	83
Juegos tradicionales	88

CAPÍTULO 2. DIVERSIFICAR LA OFERTA DE ACTIVIDADES FOMENTANDO LA ACTIVIDAD Y SERVICIOS LOCALES **95**

Campamento en familia	97
Aprovechando el entorno	104
En la calle te espero	111
Mismos espacios: otros usos	118

CAPÍTULO 3. MEJORAR LA FORMACIÓN DEL PERSONAL TÉCNICO	125
En línea abierta	127
Formación en puesto	132
CAPÍTULO 4. FACILITAR EL TRANSPORTE Y COMUNICACIÓN PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO - DEPORTIVAS	139
Padres conductores	141
Comparte tu transporte	147
CAPÍTULO 5. MANTENER REHABILITAR Y RENTABILIZAR INFRAESTRUCTURAS	153
Personal de mantenimiento compartido	155
Mantenerlo es cosa de todos	160
Reciclando el material	166
CAPÍTULO 6. PROPICIAR ALTERNATIVAS A LOS HÁBITOS DE NOCIVOS DE OCIO	171
Deporte nocturno	173
APLICACIÓN PRÁCTICA DE LOS PROYECTOS PILOTO	

Introducción

En septiembre de 1998, la Comisión Europea atribuía al deporte cinco tipos de funciones clave para el desarrollo social, a saber: educativa, sanitaria, social, cultural y recreativa.

Tomando como base este marco de actuación y bajo el lema “Soluciones Comunes a Problemas Comunes”, la Dirección General de Deportes, a través del Programa Forodeporte fue dando forma a un proyecto, cuyo principal objetivo es conseguir el desarrollo de la actividad física y deportiva en municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid.

Este proyecto se plantea para pequeños y medianos municipios, porque una de las funciones de las Comunidades Autónomas consiste en compensar los desequilibrios regionales existentes y por tanto desde la Dirección General de Deportes parecía pertinente empezar por apoyar a aquellos Municipios que cuentan con menos recursos para el desarrollo de la actividad físico deportiva en su localidad. Por otro lado era necesario dar respuesta a las demandas de asesoramiento e

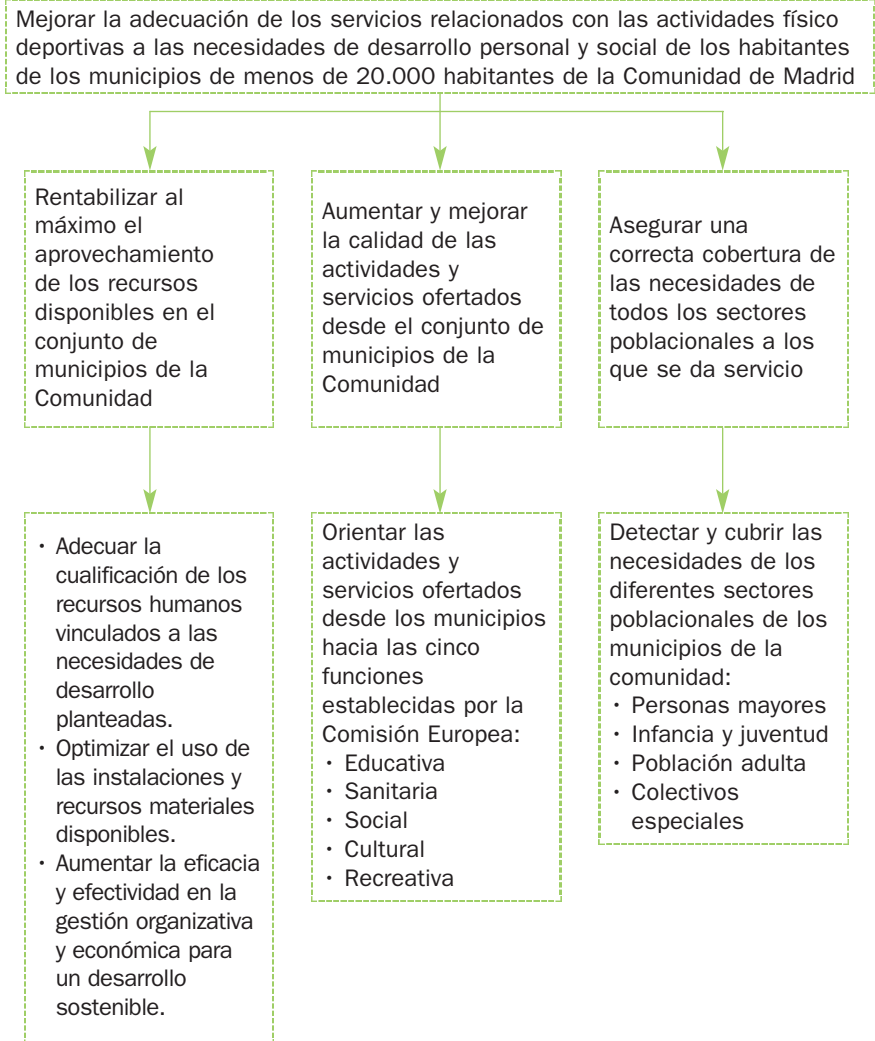
información por parte de estas entidades, recibidas a través de diferentes cauces.

El proyecto se realizó para trabajar con todos los municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid a un mismo tiempo, por los siguientes motivos:

- Compartir información: conocer cómo han solucionado otros dificultades parecidas, enriquecerse con las ideas y proyectos de todos...
- Rentabilizar esfuerzos: Por un lado permite a la Dirección General de Deportes dar respuesta a las necesidades planteadas de forma agrupada, ya que de forma individual sería prácticamente imposible. Y por otro, no es lo mismo enfrentarse a las cosas desde cero que contando con apoyo e información de partida.
- Sentirse parte de...: Los proyectos compartidos tienen más posibilidades de éxito que las “cruzadas” individuales.
- Coordinación y eficacia: Ante situaciones semejantes actuaciones conjuntas. El trabajo en equipo proporciona un porcentaje de acierto mayor que las actuaciones aisladas.

En este caso, también tenemos en cuenta que las nuevas teorías de gestión del conocimiento hacen patente, que los procesos de aprendizaje y desarrollo organizacional dependen en gran medida de la capacidad de las entidades para establecer redes de conexión internas y externas que faciliten la circulación de información relevante que pueda ser aplicada en la resolución de sus problemas y generar conocimiento.

Los objetivos del proyecto son los que se exponen en el cuadro siguiente:



La metodología empleada para llevar a cabo el proyecto se basaba en tres criterios fundamentales:

- Proyecto de libre adscripción: El proyecto no obliga a ningún municipio a hacer nada, sólo oferta asesoramiento y apoyo formativo para la realización de un proyecto de mejora decidido

por los propios ayuntamientos. Cada municipio era independiente para formalizar su proyecto de desarrollo, y para definir las necesidades de apoyo que solicitaba al programa Forodeporte.

- Proceso conjunto de todos los municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid: Este hecho era uno de los puntos fuertes de este programa ya que permitía rentabilizar esfuerzos municipales y comunitarios, contrastar objetivos y estrategias, unificar criterios de actuación, establecer procesos de apoyo intermunicipal y propiciar actuaciones coordinadas ante situaciones semejantes.
- Basado en la realidad de cada municipio y con posibilidad de aplicación práctica real: Debía basarse en criterios de mantenimiento del proyecto con posibilidades de desarrollo reales, partiendo de la realidad existente.

El proceso de trabajo con los municipios se ha desarrollado a lo largo de un amplio periodo de tiempo siguiendo los pasos que se detallan a continuación:

PASO 1 TOMA DE CONTACTO INICIAL	<ul style="list-style-type: none"> • Reuniones zonales para la presentación del proyecto en coordinación con el resto de servicios de la DGD • Recogida de información inicial de partida. • Establecimiento de prioridades de actuación. • Devolución del mapa de necesidades percibidas por los Ayuntamientos de la Comunidad.
PASO 2 ANÁLISIS Y DESARROLLO DE PROYECTO MUNICIPAL	<ul style="list-style-type: none"> • Recogida de información específica en cada municipio. • Análisis de la situación de partida y definición de líneas de desarrollo. • Establecimiento de objetivos de desarrollo y estrategias de actuación a tres años. • Definición de proceso de implantación sostenible. • Definición de actuaciones de formación, información y asesoramiento necesarias. • Devolución del mapa de objetivos y actuaciones de desarrollo de los Ayuntamientos de la Comunidad.
PASO 3 PROPUESTA DE ACTUACIÓN DGD ENCUENTROS MUNICIPALES	<ul style="list-style-type: none"> • Devolución de propuesta de actuaciones de formación y asesoramiento en Municipios. • Puesta en común de proyectos y análisis de dificultades previstas. • Definición de sistemas de apoyo e información intermunicipal. • Devolución de informes de perfiles sociotécnicos y hábitos de actividad física de los habitantes de pequeños y medianos municipios de la Comunidad de Madrid.
PASO 4 REALIZACIÓN ACTUACIONES ASESORAMIENTO Y FORMACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • Planificación y preparación de actuaciones concretas de formación y asesoramiento por orden de prioridades establecido en base a las necesidades detectadas. • Ejecución y evaluación de primeras actuaciones.
PASO 5 DESARROLLO DE IMPLANTACIÓN Y CONTROL DE RESULTADOS	<ul style="list-style-type: none"> • Planificación, preparación, ejecución y evaluación de actuaciones de formación y asesoramiento previstas. • Seguimiento e información sobre resultados. • Encuentros municipales para evaluación de impacto y definición de líneas de continuación y reorientación de proyectos. • Devolución de mapa de avances y resultados obtenidos en la ejecución del proyecto: <ul style="list-style-type: none"> – Productos. – Efectos. – Impacto.

A partir de las actuaciones realizadas en colaboración con todos los municipios participantes en el proyecto, y debido a la diversidad de propuestas obtenidas, se establecieron las líneas generales de actuación, que permitían la vinculación de un mayor número de Municipios en el desarrollo de planes piloto, para conseguir la mejora del servicio ofertado a los ciudadanos y cumplir con las cinco funciones claves de la actividad físico - deportiva que favorecen el pleno desarrollo social.

Se establecen seis ejes de actuación para el desarrollo de los proyectos en función de sus objetivos, estos son:

- I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico - deportivas.
- II. Diversificar la oferta de actividades, fomentando la actividad y servicios locales.
- III. Mejorar la formación del personal técnico.
- IV. Facilitar el transporte y comunicación para la práctica de actividades físico deportivas.
- V. Mantener, rehabilitar y rentabilizar infraestructuras.
- VI. Propiciar alternativas a los hábitos nocivos de ocio.

De manera transversal a todos estos ejes fundamentales de actuación, se encuentra la cooperación intermunicipal iniciando la configuración de la red de colaboración entre los mismos, que favorezca el crecimiento y desarrollo de los servicios deportivos municipales implicados en el proyecto.

Finalmente, la vinculación de los proyectos de desarrollo municipal a cada uno de los ejes de actuación, queda establecida según se muestra en el cuadro adjunto.

EJES DE DESARROLLO	PROYECTOS VINCULADOS
<p>I Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico – deportivas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad física en familia. • Caminos con encanto. • Miniolimpiada. • Actividad física en casa. • Escuela saludable • Jugando con nietos. • A tu hora. • Erase una vez el juego. • El camino más largo de vuelta a casa.
<p>II Diversificar la oferta de actividades fomentando la actividad y servicios locales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Campamento familiar. • Aprovechando el entorno. • En la calle te espero. • Mismos espacios, otros usos.
<p>III Mejorar la formación del personal técnico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • En línea abierta. • Formación en puesto.
<p>IV Facilitar el transporte y comunicación para la práctica de actividades físico - deportivas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Padres conductores. • Comparte tu transporte.
<p>V Mantener rehabilitar y rentabilizar infraestructuras.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Personal de mantenimiento compartido. • Mantenerlo es cosa de todos. • Reciclando el material.
<p>VI Propiciar alternativas a los hábitos de nocivos de ocio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Deporte nocturno

A continuación, vamos a desarrollar cada uno de los proyectos expuestos para su comprensión y posible implantación municipal.

1

**Aumentar la participación
ciudadana en la práctica de
actividades físico deportivas**

ACTIVIDAD FÍSICA EN FAMILIA

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

- I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico - deportivas.

Justificación del proyecto

El actual ritmo de vida y el alto nivel de estrés que caracteriza a nuestra sociedad actual, provoca que los padres y madres cada vez tengan menos momentos libres para jugar con sus hijos, perdiéndose así uno de los lazos de unión y comunicación más relevantes en la relación padres - hijos.

Para mejorar esta situación proponemos una actividad lúdica de frecuencia semanal y dirigida que les dará la oportunidad de disfrutar conjuntamente de la realización de actividad física en los espacios deportivos del municipio. De este modo los padres

y madres tendrán la oportunidad de aprender nuevas actividades y recordar otras ya conocidas, para poder disfrutar con mayor plenitud de sus hijos.

Una vez más, tratamos de diversificar la oferta de actividad física de los municipios para que llegue a la población de todas las edades y condiciones, aumentando la participación ciudadana en actividades deportivas que les lleven a mejorar su calidad de vida.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivo general:

- Diversificar la oferta de actividad física para que llegue al mayor número de población posible dentro del municipio.

Objetivos específicos:

- Propiciar actividades físicas para la vinculación de adultos en la que padres e hijos puedan disfrutar juntos.
- Aumentar la participación ciudadana en actividades físico - deportivas.

Objetivos operativos:

- Poner en marcha un programa conjunto de actividad físico-recreativa para adultos y niños con el asesoramiento continuo de la Dirección General de Deportes.
- Buscar personal para que lo lleve a cabo previa formación si fuera preciso.
- Difundir el programa para que haya una máxima participación.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivos generales:

- Dar la oportunidad a padres e hijos de realizar una actividad físico - recreativa de forma conjunta.
- Fomentar hábitos de actividad física y salud.
- Propiciar alternativas a los hábitos de ocio nocivos.

Objetivos específicos:

- Desarrollar y disfrutar de una actividad lúdica dirigida junto a sus hijos, de forma regular (una vez por semana durante una hora).
- Aprender a jugar y a realizar actividades con los hijos que les permitan estimular y favorecer tanto su crecimiento físico, como su estado psico-afectivo.
- Realizar una actividad física frecuente que mejore el estado de salud y la calidad de vida de los participantes.

Objetivos operativos:

- Participar tanto padres como hijos en las diferentes actividades físico-recreativas que se propongan en el centro deportivo correspondiente, una vez por semana el día y a la hora establecida.
- Aprender diferentes actividades y juegos para practicar con sus hijos en cualquier otro momento de ocio no dirigido.
- Transmitir a los hijos durante el juego valores de respeto, cooperación y tolerancia hacia los otros participantes ante cualquier situación.

Destinatarios

→ Usuarios directos: Padres y madres con hijos que tengan edades comprendidas entre los 6 y los 10 años.

Deberán participar en las diferentes actividades recreativas que se propongan en el centro deportivo correspondiente, una vez por semana en los días y horas establecidas.

- Número de participantes: El número mínimo de participantes que se estipula para la realización del proyecto es de 15.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Selección de las personas que trabajarán en el proyecto: técnicos deportivos, monitores de tiempo libre, animadores juveniles, voluntarios...etc.
	PASO 2	Analizar la disponibilidad de horarios en las instalaciones deportivas del municipio para desarrollar el proyecto.
	PASO 3	Difusión del programa en los medios de comunicación del municipio: radio y TV local, centros municipales, centros deportivos, colegios, centros de educación de adultos, tiendas, bares, etc.
	PASO 4	Establecer un horario de atención al público interesado en el programa para ampliar información sobre el mismo y realizar la inscripción de los participantes
	PASO 5	Realizar el diseño de las actividades físico – recreativas a desarrollar en cada una de las sesiones de que conste el proyecto.
	PASO 6	Elaborar la lista definitiva de participantes y cerrar las fechas y los horarios definitivos en los que se realizarán las actividades, de común acuerdo con los participantes y ajustándonos a la disponibilidad de los espacios deportivos.
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 7	Desarrollar las actividades físico – recreativas previstas en las fechas y horarios seleccionados.
	PASO 8	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto. Evaluación continua de la actividad.

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto. El proyecto se desarrollará en los espacios deportivos del municipio: polideportivos, piscinas, campo de fútbol, etc. Éstos serán seleccionados en función de su disponibilidad y el tipo de actividades a realizar en cada una de las sesiones.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Para la realización de los carteles y folletos: Ordenador e impresora, material de papelería. • Para los posibles contactos con los participantes: un teléfono con acceso a llamadas locales.
Para la ejecución del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Material para juegos y deportes alternativos que irá en función de las actividades a realizar. • Otro material específico para el desarrollo de actividades lúdico-recreativas que fuera necesario.

→ Recursos humanos:

El número de monitores necesarios dependerá del número de participantes finales en el proyecto, en principio con el grupo mínimo planteado (15 personas) sería suficiente con un monitor.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN DE USUARIOS

Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:

- Las actividades físico – recreativas realizadas.
- La organización general de la actividad.
- Las instalaciones dónde se ha desarrollado.
- Los materiales empleados.
- Los monitores responsables, etc.

En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.

TRANSFERENCIA E IMPACTO

Esta evaluación se realizará al menos un mes después de la realización de la actividad y tiene por objeto conocer la relación que existe entre padres e hijos desde la realización de la misma: si comparten momentos de ocio, si dedican más tiempo al juego con sus hijos, si les ha ayudado el hecho de compartir experiencias con otros padres, etc. Para realizar esta evaluación, contactaremos con los participantes para establecer distintas fechas de reunión con ellos, o bien se puede hacer a través del envío de un cuestionario a su propio domicilio. Advertimos que esta no es la opción más adecuada, puesto que es posible que muy pocos cuestionarios sean devueltos.

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los participantes por las actividades en grupo con otras familias del municipio.
- Aumento de las posibilidades en lo que se refiere a alternativas de ocio saludable en familia.
- Desarrollar hábitos de salud a través de la práctica de actividad física regular con sus hijos.
- Reclutamiento de posibles colaboradores y/o trabajadores futuros.

CAMINOS CON ENCANTO

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

- I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico - deportivas.

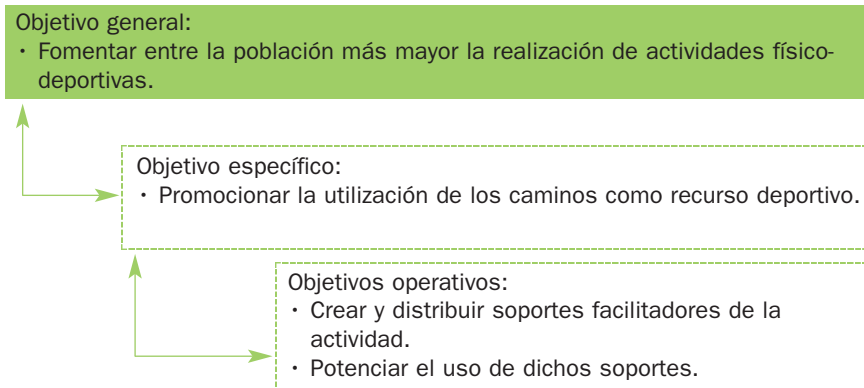
Justificación del proyecto

En nuestro entorno hay caminos, pequeñas sendas y veredas, que por estar alejadas del medio urbanizado son un buen recurso para realizar todo tipo de actividades físicas.

Este proyecto se dirige precisamente a su aprovechamiento con el fin de llenarlas de un contenido deportivo, cultural y lúdico que repercuta de manera consciente en la salud de nuestros mayores.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:



Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivo general:

- Conocer nuevas formas de actividad deportiva.

Objetivo específico:

- Descubrir el aspecto físico deportivo del paseo.

Objetivos operativos:

- Interrelacionar los hábitos saludables del deporte con los paseos cotidianos.
- Ser capaces de comprobar los resultados de la actividad física propuesta.

Destinatarios

- Usuarios directos: Aunque el proyecto está específicamente diseñado para el colectivo de personas mayores, es válido para cualquier sector de la población que quiera hacer deporte de un modo diferente.
- Número de participantes: Puede realizarse individualmente o en grupo.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Seleccionar los itinerarios con más interés de nuestro entorno y extraer de ellos los puntos de interés paisajístico, flora, fauna, características históricas, distancias y desniveles.
	PASO 2	Seleccionar y marcar los enclaves en los que se van a realizar ejercicios físicos para fomentar la mejora de la salud de los/as participantes.
	PASO 3	Definir las actividades físicas a realizar en los enclaves elegidos.
	PASO 4	Elaborar un cuadernillo que sea útil para los/as participantes en el que se especifiquen las características del recorrido, descritas en el paso 1, así como las actividades físicas a realizar, definidas en el paso 3.
	PASO 5	Reunión con los usuarios para entregarles el cuadernillo y explicarles su utilización. Realizar un recorrido con ellos para observar el manejo del cuadernillo, asesorar en la realización de los ejercicios físicos y aclarar posibles dudas.
DURANTE EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	PASO 6	Dinamización del proyecto, contacto con los participantes y captación de nuevos participantes. Realizar esporádicamente recorridos con los participantes en grupo, para supervisar la correcta realización de los ejercicios físicos planteados.
	PASO 7	Realizar el seguimiento del proyecto y los ajustes necesarios. Evaluación continua de la actividad.

Recursos necesarios

- Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto. El proyecto se desarrollará en los caminos y senderos existentes en el municipio, previamente seleccionados y preparados para el desarrollo de la actividad.

→ Recursos materiales:

Para el diseño del recorrido	<ul style="list-style-type: none">• Información sobre la flora y fauna y características históricas de la zona (guías, informes, etc.).• Mapas topográficos para medir las distancias y sacar los perfiles del recorrido.• Soportes estables para la explicación de los ejercicios físicos en los lugares seleccionados.
Para la elaboración del cuadernillo	<ul style="list-style-type: none">• Mapas, fotografías e información recopilada sobre flora, fauna e historia de la zona.• Ordenador, escáner e impresora.• Material de papelería.• Fotocopiadora.

→ Recursos humanos:

Una persona encargada del proyecto, que debería tener el siguiente perfil:

- Conocimiento del medio natural.
- Capacidad de dinamizar a un grupo.
- Conocimientos de entrenamiento deportivo y prevención de lesiones.

Aunque no es imprescindible la figura del técnico deportivo para la puesta en marcha y ejecución del proyecto, sería el responsable ideal.

En caso de que lo desarrollara otra persona, sería bueno contar con la supervisión de algún técnico deportivo del municipio.

Evaluación del proyecto

<p>SATISFACCIÓN DE USUARIOS</p>	<p>Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los itinerarios propuestos. • Las actividades deportivas específicas en cada zona de los itinerarios. • La claridad y calidad de los materiales documentales y soportes empleados, etc. <p>En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.</p>
<p>APRENDIZAJE</p>	<p>Esta evaluación se realizará durante la actividad y tiene como objetivo prioritario conocer si los participantes manejan adecuadamente los cuadernillos entregados con los detalles de las rutas y realizan de forma correcta las actividades deportivas propuestas.</p> <p>Para realizar esta evaluación, será necesaria una sencilla ficha de observación de participantes que los técnicos o monitores deportivos irán cumplimentando durante la realización de la actividad.</p>
<p>TRANSFERENCIA</p>	<p>Esta evaluación se realizará al menos un mes después del inicio de la actividad y tiene como objetivo prioritario conocer en qué medida han cambiado los hábitos de práctica de actividad físico – deportiva.</p> <p>Para realizar esta evaluación, realizaremos de vez en cuando los recorridos propuestos con los participantes a fin de ir recabando la información necesaria, a través de la conversación con ellos y la observación directa.</p>

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los participantes por las actividades que se desarrollan en el municipio.

→ APRENDIENDO EN COMUNIDAD

- Aumentar la práctica de actividad físico deportiva entre la población ofreciendo alternativas de ocio saludable.
- Conocimiento de rutas de interés cercanas al municipio.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Establecimiento de itinerarios interés para la práctica deportiva en zonas cercanas al municipio.
- Sencillos manuales de explicación de cada uno de los itinerarios y las actividades que pueden desarrollarse en cada punto concreto del mismo.
- Memoria final de la actividad.

Posibles alternativas al proyecto

El proyecto está pensado para participantes del colectivo de tercera edad, pero puede desarrollarse con cualquier tipo de colectivo.

Los itinerarios podrán variar la intensidad de actividades, así como el objeto a trabajar: senderismo, orientación, juegos de pistas, etc. en función de los distintos perfiles a los que queramos dedicarnos más específicamente.

MINIOLIMPIADA

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

- I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico - deportivas.

Justificación del proyecto

Con la puesta en marcha de este proyecto se pretende ofrecer una atractiva alternativa de actividad físico - deportiva para el tiempo de ocio.

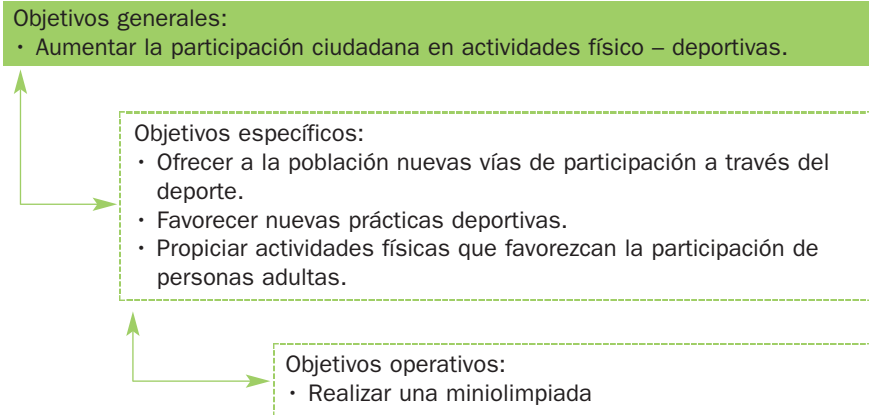
Esta actividad es una combinación de los deportes y juegos tradicionales, con otros alternativos y normalmente desconocidos en nuestro entorno por sus novedosos materiales y reglas, que requieren grandes dosis de creatividad.

En definitiva, este proyecto pretende potenciar la práctica de la actividad físico - deportiva por medio de un amplio abanico de deportes fomentando la diversión y la interrelación de los participantes.

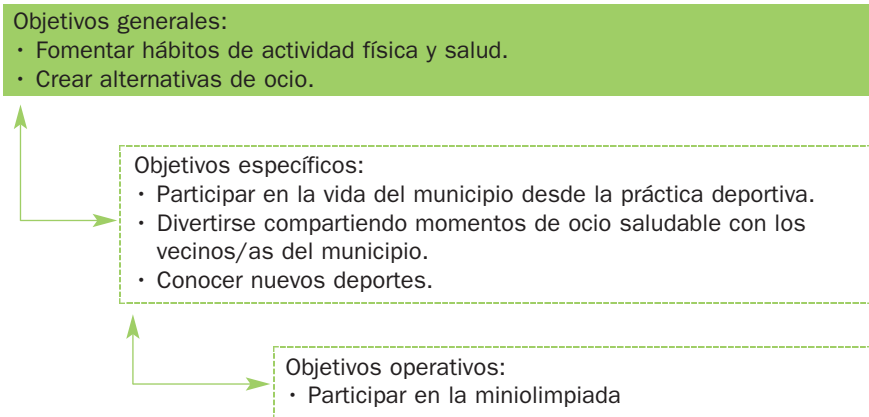
Dado el carácter recreativo - festivo de esta actividad, pese a tratarse de una olimpiada, no será la competición el eje fundamental, aspectos como la cooperación y la creatividad, estarán muy presentes en el desarrollo de las acciones programadas.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:



Objetivos a conseguir en los usuarios:



Destinatarios

→ Usuarios directos: Personas mayores de 18 años, no necesariamente deportistas, interesados en divertirse y relacionarse

con otros vecinos a través de la práctica de actividad físico - deportiva.

Deberán participar respetando el reglamento de los diferentes deportes.

- Número de participantes: Aunque el número mínimo lo determinará cada municipio a la hora de poner en marcha el proyecto, el mínimo recomendado sería de 10 a 20 participantes.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Determinar los posibles colectivos participantes en la actividad.
	PASO 2	Selección de los monitores y técnicos deportivos, así como voluntarios que trabajarán en el desarrollo del proyecto.
	PASO 3	Realizar el diseño de la miniolimpiada: <ul style="list-style-type: none"> • Determinar las competiciones a realizar de Deportes tradicionales y alternativos. • Establecer las normativa de la miniolimpiada: categorías, reglas de cada deporte, etc.
	PASO 4	Difusión del programa a través de los cauces de comunicación local, centros municipales, centros deportivos, tiendas, bares, etc. Posibilidad de realizar invitaciones personales.
	PASO 5	Establecer un horario de atención al público para: <ul style="list-style-type: none"> • Realizar las inscripciones. • Distribución de los participantes por deportes y/o categorías. • Confeccionar los equipos de participantes cuando sea necesario.
	PASO 6	<ul style="list-style-type: none"> • Ultimar preparativos. • Realizar acopio de materiales necesarios. • Distribución de tareas entre los monitores deportivos y/o voluntarios durante las miniolimpiadas.

DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 7	<ul style="list-style-type: none">• Organización de los equipos.• Explicación de normativa de la competición.• Breve explicación práctica de los nuevos deportes: explicación de reglas y manejo de los materiales.
	PASO 8	Desarrollo de las Miniolimpiadas.
	PASO 9	<ul style="list-style-type: none">• Control y apoyo durante las competiciones.• Solución de problemas que puedan surgir en el desarrollo de las pruebas.• Entrega de trofeos.

El proyecto de la miniolimpiada está planteado para realizarse en un fin de semana completo con los tiempos siguientes:

→ Sábado mañana:

- Organización de los equipos.
- Explicación de normativa de la competición.
- Breve explicación práctica de los nuevos deportes: explicación de reglas y manejo de los materiales.

→ Sábado tarde:

- Ejecución de las competiciones individuales y por equipos.

→ Domingo mañana:

- Ejecución de las competiciones individuales y por equipos.

→ Domingo tarde:

- Entrega de trofeos de las competiciones individuales y por equipos.

En cuanto a las competiciones a desarrollar, la propuesta que hacemos es la siguiente:

→ Competiciones de Deportes Tradicionales: A determinar según tradición popular e instalaciones disponibles en el municipio. Como ejemplo de pruebas individuales y por equipos planteamos:

- Frontón.
- Fútbol sala.
- Ping - Pong.
- Baloncesto.
- Bolos.
- Dardos.
- Petanca.
- Rana, etc.

→ Competiciones de Deportes Alternativos: Como ejemplo:

Individuales:

- Disco Volador: Pruebas de precisión y longitud.
- Cariocas: Pruebas de precisión y longitud.

De Equipo:

- Disco Volador (Ultimate)
- Fútbol Humano.
- Zancos cooperativos (pueden hacerse pruebas de relevos, de fondo o de velocidad).
- Balonkorf.
- Minihockey, etc.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	MINIOL.
Captación de monitores deportivos y/o voluntarios	■		
Diseño de la actividad	■		
Difusión de las Miniolimpiadas		■	
Formalización de inscripciones		■	
Ultimar preparativos			■
Ejecución			■

Recursos necesarios

- Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto. Aunque para los deportes tradicionales se podrá requerir la utilización de alguna pista deportiva, pretendemos que no exista la necesidad de ningún espacio concreto a fin de favorecer su práctica posterior. Podrá servirnos cualquier espacio céntrico del municipio: la plaza, un patio de colegio o alguna calle que permita ser cortada al tráfico, dónde no existan obstáculos que dificulten la realización de las pruebas y tenga un pavimento firme con el fin de evitar posibles accidentes.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Para la realización de los carteles, folletos y o cartas personalizadas: Ordenador e impresora, fotocopidora y material de papelería. • Para los posibles contactos con las participantes: un teléfono con acceso a llamadas locales.
Para la realización de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> • Material necesario para los deportes seleccionados. Para aquellos juegos en los que se necesite material individual o por equipos, la cantidad irá en función del número de participantes inscritos (en lugar de comprar el material necesario, existe la posibilidad de confeccionarlos nosotros mismos en algunos casos: zancos, cariocas, etc.). • Megafonía para música ambiente.

→ Recursos humanos:

El número de monitores, técnicos deportivos y/o voluntarios necesarios dependerá del número de competiciones a realizar y de participantes en la miniolimpiada.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN DE USUARIOS	<p>Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las actividades realizadas. • La organización del evento. • Los materiales utilizados. • Los monitores responsables de las actividades, etc. <p>En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.</p>
---------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los participantes por las actividades que se desarrollan en el municipio.
- Aumentar la práctica de actividad físico deportiva entre la población ofreciendo alternativas de ocio saludable.
- Conocimiento de diversos juegos tradicionales y alternativos.
- Posibilidades de ampliar la lista de posibles colaboradores, para este tipo de eventos.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Diseño de una Mini - Olimpiada.
- Organización de alguna liga o campeonato, con posterioridad, en torno a alguno de los juegos practicados.
- Recursos lúdicos generados: zancos, cariocas, balón gigante, etc.
- Creación de áreas concretas en el municipio dónde poder practicar distintos juegos tradicionales y deportes alternativos: golf-freesbee...
- Memoria final de la actividad.

Posibles alternativas al proyecto

El proyecto está pensado para participantes mayores de edad, pero se puede aplicar también a edades inferiores, seleccionando adecuadamente los juegos a realizar, así como la intensidad de los mismos y adaptando los materiales a las capacidades del público infantil.

ACTIVIDAD FÍSICA EN CASA

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

- I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico – deportivas.

Justificación del proyecto

Numerosos informes confirman que la práctica regular de actividad física está asociada con mejoras de la calidad de vida en las personas mayores. El ejercicio físico realizado de forma regular, limita las alteraciones que se producen como consecuencia de la edad, y permite mantener una forma de vida independiente, superando los problemas en las actividades de la vida diaria.

Este proyecto se pone en marcha para fomentar hábitos de salud entre las personas mayores, sobre todo para aquellos que debido a sus patologías, no pueden participar en las actividades deportivas para tercera edad que ofertan las Concejalías de deportes de los distintos municipios de la Comunidad de Madrid.

El proyecto consiste en llevar a cabo programas de actividad física personalizada para las personas mayores con más dificultades. Las actividades se realizarán en sus domicilios, ya sea de forma individual o en pequeños grupos.

Se les enseñarán ejercicios básicos de movilidad articular e higiene postural, que les ayuden a desarrollar sus actividades diarias de forma más efectiva y sin riesgos, ganando independencia y por lo tanto calidad de vida.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivo general:

- Diversificar la oferta de actividad física para que llegue a las personas mayores con menos posibilidades físicas.

Objetivos específicos:

- Proporcionar una oferta de actividad física para un sector poco atendido y que está en progresivo crecimiento.
- Aumentar la participación ciudadana en actividades físico – deportivas.
- Colaborar con los Centros de Salud para realizar un trabajo coordinado que ayude a los usuarios que más lo necesitan.

Objetivos operativos:

- Poner en marcha un programa de actividad física para personas mayores de corta duración con el asesoramiento de la Dirección General de Deportes
- Buscar personal para que lo lleve a cabo previa formación.
- Difundir el programa para que haya una máxima participación.
- Disminuir los gastos sanitarios de los mayores participantes en el proyecto.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivo general:

- Fomentar hábitos de salud entre los mayores menos atendidos, para mejorar su calidad de vida

Objetivos específicos:

- Aprender a realizar de manera autónoma ejercicios básicos de movilidad articular e higiene postural, que les ayuden a desarrollar sus actividades diarias de forma más efectiva y sin riesgos.
- Adquirir hábitos de higiene postural y de actividad física básica que les proporcione mayor nivel de independencia y una mejor calidad de vida.
- Desarrollar y/o mantener las capacidades físicas básicas en función de las necesidades y posibilidades de cada individuo.
- Desarrollar el nivel de independencia necesaria para poder participar en otras actividades del municipio.

Objetivos operativos:

- Comprometerse a seguir el programa a través de su médico de cabecera.
- Realizar y aprender en casa ejercicios básicos de movilidad articular e higiene postural con el monitor correspondiente una vez a la semana durante 8-10 sesiones de 20-30 minutos.
- Realizar los ejercicios propuestos por el monitor al menos dos días por semana.
- Aplicar las propuestas de higiene postural a sus actividades cotidianas.
- Ser capaz de realizar una tabla de ejercicios de forma autónoma y regular, una vez que haya terminado el programa.

Destinatarios

→ Usuarios directos: Personas mayores de 60 años con dificultades para desplazarse.

Deberán desarrollar el programa completo siguiendo las pautas que le marque el monitor personal en sus 8-10 sesiones,

y aplicando dichas indicaciones en todas sus actividades cotidianas.

- Número de participantes: El número mínimo de participantes que se estipula para la realización del proyecto es de 10. En este proyecto, el número final de participantes va a depender de la colaboración que se establezca con los Centros de Salud. La intervención debe estar muy bien coordinada con los médicos de cabecera y trabajadores sociales para conseguir beneficios en los usuarios y por consiguiente, el éxito del proyecto.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Realizar reuniones de coordinación entre el área de deportes y el área de salud del municipio para: <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la posible demanda de usuarios. • Especificar la rutina de ejercicios genéricos de movilidad articular e higiene postural. • Determinar los recursos necesarios para el desarrollo del proyecto.
	PASO 2	Difusión del programa: <ul style="list-style-type: none"> • Auncios en medios de comunicación local. • Auncios en los centros de salud del municipio. • Contacto directo con los participantes potenciales a través de carta personalizada, médico de cabecera, trabajador social, etc.
	PASO 3	Selección y formación si fuera necesario de los técnicos deportivos (monitores deportivos personales) que trabajarán en el proyecto.
	PASO 4	Elaborar la lista definitiva de participantes en coordinación con los Centros de Salud.
	PASO 5	Elaborar una ficha de datos personales y datos médicos (en coordinación con el Centro de Salud y el trabajador social) de cada participante.

<p>ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD</p>	<p>PASO 6</p>	<p>Contacto personal con los participantes con el fin de:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recoger información necesaria para la ficha personal. • Concretar los horarios y fechas de las sesiones de actividad física personalizada. • Presentación del monitor deportivo que va a trabajar con cada uno de los participantes.
<p>DURANTE EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD</p>	<p>PASO 7</p>	<p>Reuniones entre el área de deportes, el área de salud del municipio y los monitores deportivos para realizar un seguimiento personalizado de los participantes y los ajustes necesarios.</p>
	<p>PASO 8</p>	<p>Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto. Evaluación continua de la actividad.</p>
<p>AL FINALIZAR LA ACTIVIDAD</p>	<p>PASO 9</p>	<p>Evaluación final de forma individualizada con los participantes para conocer su mejoría tras la realización de las sesiones de ejercicio físico.</p>
	<p>PASO 10</p>	<p>Evaluación general del proyecto con el área de deportes, el área de salud del municipio y los monitores deportivos para conocer los resultados finales en los participantes de la intervención.</p>
	<p>PASO 11</p>	<p>Hacer un seguimiento esporádico a las personas participantes en el proyecto para:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer si siguen realizando de forma autónoma los ejercicios propuestos a cada uno de ellos. • Motivarles a su realización si no lo estuvieran haciendo. • Aclarar posibles dudas relacionadas con la ejecución de dichos ejercicios.

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

El proyecto se desarrollará en la vivienda de cada uno de los participantes.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none">• Para la realización de los carteles y folletos: Ordenador e impresora, material de papelería.• Para la realización de las cartas personalizadas: ordenador e impresora, material de papelería, sobres y sellos.• Para el contacto con los participantes: un teléfono con acceso a llamadas locales.
Para la ejecución del proyecto	<ul style="list-style-type: none">• Para la elaboración de las fichas de datos personales y médicos de los participantes: ordenador e impresora, material de papelería.• Material deportivo específico.
Tras la ejecución del proyecto	<ul style="list-style-type: none">• Para el seguimiento esporádico de los participantes: un teléfono con acceso a llamadas locales.

→ Recursos humanos:

- Un técnico deportivo municipal encargado del proyecto que se coordinará con el área de salud (médicos de cabecera y trabajadores sociales) del municipio.
- Monitor/es deportivos personales para trabajar individualizadamente con los participantes.

El número de monitores necesarios dependerá del número de participantes finales en el proyecto.

Evaluación del proyecto

<p>SATISFACCIÓN DE USUARIOS</p>	<p>Recogida de datos a través de una entrevista individual con los participantes en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los ejercicios físicos desarrollados. • La mejoría de salud que observan. • La capacidad de desarrollar actividades sencillas de forma autónoma. • La organización general de la actividad. • Los monitores deportivos, etc. <p>En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.</p>
<p>APRENDIZAJE</p>	<p>Esta evaluación se realizará durante la actividad y tiene como objetivo prioritario conocer si los participantes realizan de forma correcta los ejercicios planteados.</p> <p>Para realizar esta evaluación, será necesaria una sencilla ficha de observación de participantes que los técnicos o monitores deportivos irán cumplimentando durante la realización de la actividad.</p>
<p>TRANSFERENCIA</p>	<p>Esta evaluación se realizará al menos un mes después del final de las sesiones de ejercicio físico individualizadas y tiene como objetivos conocer en qué medida han cambiado los hábitos de práctica de actividad físico – deportiva de los participantes y su mejoría física y de salud.</p> <p>Para realizar esta evaluación, charlaremos directamente con los participantes para conocer dichas cuestiones. También obtendremos los datos a través de la observación del desarrollo de cada uno de los ejercicios en distintos periodos de la actividad, tomando como referencia un test inicial practicado de forma individual a cada participante.</p>

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Mejora de la condición física.
- Aumentar la práctica de actividad físico deportiva entre la población creando hábitos saludables.
- Mejorar el nivel de independencia en las actividades cotidianas.
- Mejorar su calidad de vida.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Resultados de los test físicos realizados a lo largo del desarrollo de la actividad.
- Memoria final de la actividad.

Posibles alternativas al proyecto

El proyecto puede ser también viable para personas de cualquier edad que necesiten de un ejercicio físico específico e individualizado por diversos motivos: discapacidad, accidentes sufridos, etc.

ESCUELA SALUDABLE

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

- I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico – deportivas.

Justificación del proyecto

La mayoría de las mujeres que son amas de casa realizan trabajos con bajo nivel de salubridad: coger peso, agacharse de forma inadecuada, ejercicios reiterativos que inciden directamente sobre los mismos grupos musculares provocando sobrecargas, dolores y lesiones.

Con este programa pretendemos que las madres con hijos en edad escolar realicen ejercicio físico de forma dirigida, en el colegio de sus propios hijos, 45 minutos antes del final de las clases de los niños para no robarles demasiado tiempo.

Dichas actividades serán específicas para sus necesidades: combatir problemas posturales, problemas cardiovasculares, osteoporosis, artrosis, incontinencia urinaria...

Dentro de la práctica deportiva, debemos tener en cuenta también el aspecto lúdico, así como las relaciones sociales y el propio desarrollo personal. Todo ello incidirá en la mejoría de su salud y por lo tanto, de su calidad de vida.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivos generales:

- Diversificar la oferta de actividad física para que llegue a la mayor parte de la población femenina del municipio que no trabaja fuera de casa.
- Aumentar la participación ciudadana en actividades físico – deportivas.

Objetivos específicos:

- Favorecer la vinculación de la mujer a la práctica de actividad física.
- Promocionar la oferta entre la población femenina para el desarrollo de actividad deportiva.
- Facilitar una mayor conexión con el Centro escolar de sus hijos.

Objetivos operativos:

- Poner en marcha el programa Escuela Saludable para mujeres con el asesoramiento continuo de la Dirección General de Deportes.
- Buscar personal para que lo lleve a cabo previa formación si fuera preciso.
- Conseguir la máxima participación posible en el programa a través de la difusión pertinente.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivos generales:

- Fomentar hábitos de actividad física y salud.
- Crear alternativas de ocio.

Objetivos específicos:

- Desarrollar una actividad física de forma regular que le haga mejorar su estado de salud tanto física como mental.
- Fomentar las relaciones sociales.
- Desarrollar las capacidades de recreación y disfrute del tiempo libre.

Objetivos operativos:

- Realizar actividad física en grupo.
- Conseguir a través de la práctica deportiva, realizar sus actividades cotidianas con el máximo nivel de salubridad.
- Desarrollar las capacidades de comunicación e interacción social.

Destinatarios

→ Usuarios directos: Todas las mujeres del municipio que tengan hijos en edad escolar.

Deberán participar en actividades físicas y recreativas con una frecuencia de dos días semanales y un tiempo diario de 45 minutos, de forma regular durante todo el curso escolar.

→ Número de participantes: Aunque el número mínimo lo determinará cada municipio a la hora de poner en marcha el proyecto, el mínimo recomendado sería de 8-10 mujeres.

Para conseguir este número mínimo deberemos despertar el interés entre las potenciales participantes a través de una buena difusión en los Centros Escolares (las AMPAS deben involucrarse

activamente), polideportivos, medios de comunicación locales, centros municipales, etc.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Reunión con los representantes del área de deportes, los directores de los centros educativos y responsables de las AMPAS para la presentación del proyecto y analizar la disponibilidad de espacios deportivos en las instalaciones del centro educativo.
	PASO 2	Difusión del programa a través de los cauces de comunicación local, centros municipales, centros deportivos, tiendas, bares, etc, y de los canales de comunicación del centro educativo, cartas a las madres de los/as alumnos/as.
	PASO 3	Establecer un horario de atención al público interesado en el programa para ampliar información sobre el mismo y realizar la inscripción de las participantes.
	PASO 4	<p>Diseñar una ficha personal de las participantes que se les entregará con la ficha de inscripción para obtener información relevante entre otras cuestiones a especificar, sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Problemas posturales. • Dolores musculares o de articulaciones más frecuentes. • Datos médicos a tener en cuenta: problemas cardiovasculares, intervenciones quirúrgicas realizadas que impidan la práctica de determinados ejercicios, etc. <p>Esta ficha nos permitirá realizar un análisis de las necesidades de las participantes, previo a la puesta en marcha de la actividad.</p>
	PASO 5	Recogida de las fichas personales y análisis de los datos. Elaborar el listado de participantes finales.
	PASO 6	Selección de los monitores deportivos que trabajarán en el proyecto.
	PASO 7	Diseñar el programa de actividades físico – deportivas a realizar, tomando como base los resultados del análisis de necesidades.

DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 8	Reunión inicial con las participantes para detallar las características del proyecto y actividades concretas a realizar, con el fin de realizar los ajustes pertinentes en función de sus expectativas.
	PASO 9	Desarrollo del programa de actividades físico – deportivas en las fechas y horarios establecidos.
	PASO 10	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto. Evaluación continua de la actividad.

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

El proyecto se desarrollará en los Centros escolares del municipio, ya sea en el gimnasio o en una sala diáfana acondicionada para la práctica de actividad físico – deportiva.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Para la realización de los carteles, folletos y o cartas personalizadas: Ordenador e impresora, fotocopidora y material de papelería. • Para los posibles contactos con las participantes: un teléfono con acceso a llamadas locales.
Para la realización de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> • Material deportivo específico en función de las actividades a realizar y el número de participantes.

→ Recursos humanos:

El número de monitores deportivos necesarios dependerá del número de participantes finales en el proyecto y del número de Centros educativos que se adscriban al mismo. Lo ideal sería contar con un monitor deportivo en cada centro educativo en el que se desarrolle el proyecto.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN DE USUARIOS	<p>Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:</p> <ul style="list-style-type: none">• Las actividades físico – deportivas desarrolladas.• La organización general de la actividad.• Los monitores deportivos, etc. <p>En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.</p>
APRENDIZAJE	<p>Esta evaluación se realizará durante la actividad y tiene como objetivo prioritario conocer si los participantes realizan de forma correcta los ejercicios planteados.</p> <p>Para realizar esta evaluación, será necesaria una sencilla ficha de observación de participantes que los técnicos o monitores deportivos irán cumplimentando durante la realización de la actividad.</p>
TRANSFERENCIA	<p>Esta evaluación se realizará al menos un mes después del inicio de la actividad y tiene como objetivos conocer en qué medida han cambiado los hábitos de práctica de actividad físico – deportiva de los participantes y su mejoría física y de salud.</p> <p>Para realizar esta evaluación, charlaremos directamente con las participantes para conocer dichas cuestiones. También podremos obtener datos a través de la observación del desarrollo de cada uno de los ejercicios en distintos periodos de la actividad, tomando como referencia un test inicial practicado de forma individual a cada participante.</p>

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Mejora de la condición física.
- Aumentar la práctica de actividad físico deportiva entre la población creando hábitos saludables.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Resultados de los test físicos realizados a lo largo del desarrollo de la actividad.
- Memoria final de la actividad.

Posibles alternativas al proyecto

El proyecto está pensado para mujeres que tienen hijos en edad escolar, pero puede ser aplicable a cualquier persona que se encargue de llevar o traer a los niños al colegio.

Por otro lado podría ampliarse también al colectivo de tercera edad en horarios diferentes a los que se trabaje con el resto de colectivos, para poder homogeneizar la intensidad de los ejercicios físicos a cada grupo de participantes en concreto.

JUGANDO CON NIETOS

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico – deportivas.

Justificación del proyecto

Este proyecto nace de la necesidad de acercamiento entre los abuelos y los nietos. Con él se pretende que tanto los nietos como los abuelos encuentren entre ellos nexos de interés común que favorezcan el enriquecimiento de sus relaciones personales.

Buscaremos puntos de encuentro por medio de los juegos y juguetes con los que cada uno ha crecido, desde una perspectiva de respeto mutuo.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivo general:

- Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico - deportivas.

Objetivos específicos:

- Propiciar el intercambio y el encuentro entre abuelos y nietos a través de los juegos que cada uno ha vivido en su infancia.
- Fomentar el respeto a través del reconocimiento mutuo y el intercambio intergeneracional.
- Compartir actividades físicas que favorezcan la participación de personas mayores y niños por igual.
- Promover el conocimiento de generaciones lejanas y su realidad a través del juego y los juguetes.

Objetivos operativos:

- Realizar el Encuentro: “Jugando con los nietos”.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivos generales:

- Aumentar el tiempo dedicado a la realización de actividad física.

Objetivos específicos:

- Aprender desde las diferencias, de forma tolerante y empatizando con el otro colectivo.
- Participar en la vida del municipio desde un ámbito lúdico y recreativo.
- Divertirse compartiendo momentos de ocio con los vecinos del municipio.
- Recordar los juegos presentes en la infancia de cada uno/a.

Objetivos operativos:

- Participar en el Encuentro: "Jugando con Nietos".

Destinatarios

→ Usuarios directos: El proyecto va dirigido a personas mayores de 60 años y menores de 16 que estén interesados en divertirse y relacionarse con otros vecinos a través del juego.

Deberán participar aportando sus experiencias en torno al juego practicado en la infancia de cada uno, así mismo aportarán juegos y juguetes para compartir.

→ Número de participantes: Aunque el número mínimo lo determinará cada municipio a la hora de poner en marcha el proyecto, el mínimo recomendado sería de 20 personas.

Para conseguir este número mínimo deberemos despertar el interés entre los participantes potenciales a través de una información atractiva que llegue directamente a los puntos de reunión habitual de cada uno de los colectivos.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Selección de las personas que trabajarán en el proyecto: técnicos deportivos, monitores de tiempo libre, animadores juveniles y de tercera edad, voluntarios, etc.
	PASO 2	Difusión del programa a través de los canales de comunicación del municipio: centros municipales, centros deportivos, colegios, centros de mayores, tiendas, bares, etc. También hay que plantear la posibilidad de invitaciones personales.
	PASO 3	Realizar el diseño final de la actividad especificando: <ul style="list-style-type: none"> • Los juegos concretos que se van a realizar. • El reparto de tareas entre los responsables. • Los materiales necesarios para cada juego. • Las normas concretas de cada juego.
	PASO 4	Acopio de materiales y ultimar preparativos.
	PASO 5	Realización de inscripciones: <ul style="list-style-type: none"> • Reparto de los participantes en equipo si fuera necesario. • Distribución de participantes por juegos y si existieran, por categorías.
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 6	Explicación práctica de los juegos a realizar.
	PASO 7	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto. Control, supervisión y apoyo durante la realización de los juegos.

La idea original del proyecto supone agrupar los juegos en tres categorías:

- Juegos de antes.
- Juegos de ahora.
- Juegos de siempre.

La duración de la actividad está pensada como mínimo para un día completo, pero también se puede desarrollar en un fin de semana, en una semana completa (por ejemplo durante las fiestas del municipio), o incluso a lo largo de una determinada temporada: primavera, verano, etc.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	ENCUENTRO
Paso 1: Selección de monitores y/o voluntarios	■		
Paso 2: Difusión del programa	■	■	
Paso 3: Diseño final de la actividad		■	
Paso 4: Acopio de materiales y ultimar preparativos		■	
Paso 5: Formalización de inscripciones		■	
Paso 6: Ejecución del Encuentro			■

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto. Pretendemos que no exista necesidad de ningún instalación deportiva específica tal como polideportivo, etc., podrá servirnos cualquier espacio céntrico del municipio, por ejemplo la plaza, el patio de un colegio o alguna calle peatonal.

El espacio elegido no debe tener obstáculos que dificulten la práctica de deportes y debe tener un pavimento que proporcione seguridad contra resbalones, torceduras y evitar caídas dolorosas.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none">• Para la realización de los carteles y folletos e invitaciones personales: Ordenador, impresora, fotocopidora, y material de papelería.• Para el envío de invitaciones personales: sobres y sellos.
Para la realización del Encuentro	<ul style="list-style-type: none">• Material necesario para los juegos seleccionados. Para aquellos juegos en los que se necesite material individual o por equipos, la cantidad irá en función del número de participantes inscritos.• Megafonía para música ambiente.

→ Recursos humanos:

El número de monitores y/o voluntarios necesarios dependerá del número de juegos a realizar y del número de participantes del Encuentro.

En principio sería necesario como mínimo una persona para controlar el desarrollo de cada uno de los juegos.

Si el número de participantes no es muy elevado, se pueden realizar los juegos de uno en uno, de esta forma el personal necesario se reduce considerablemente.

Evaluación del proyecto

<p>SATISFACCIÓN DE USUARIOS</p>	<p>Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los juegos que se han trabajado en el Encuentro. • La organización del evento. • Los materiales empleados. • Los monitores responsables, etc. <p>En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.</p>
<p>TRANSFERENCIA E IMPACTO</p>	<p>Esta evaluación se realizará al menos un mes después de la realización del Encuentro y tiene por objeto conocer la relación que existe entre abuelos y nietos desde la realización del mismo: si comparten momentos de ocio, si dedican más tiempo al juego en común, etc.</p> <p>Para realizar esta evaluación, contactaremos con los participantes para establecer distintas fechas de reunión con ellos, o bien se puede hacer a través del envío de un cuestionario a su propio domicilio. Advertimos que esta no es la opción más adecuada, puesto que es posible que muy pocos cuestionarios sean devueltos.</p>

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los participantes por la práctica deportiva.
- Aumento de las posibilidades en lo que se refiere a alternativas de ocio saludable en los espacios de ocio que comparten abuelos y nietos.
- Vivir una experiencia fuera de lo habitual y compartida con otros vecinos del municipio.
- Reclutamiento de posibles colaboradores y/o trabajadores futuros.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Diseño de un Encuentro en el que comparar el juego tradicional y el actual.
- Memoria final de la actividad.
- Establecimiento de espacios periódicos de dicha actividad, una vez concluida la primera edición de la misma.
- Recursos e infraestructuras lúdicas generadas: pistas de chapas, bolera, etc.

Posibles alternativas al proyecto

Aunque está pensado para realizar un Encuentro que se desarrollará en un fin de semana, el proyecto puede ampliarse a temporadas completas desarrollándose durante varios fines de semana con calendario establecido a lo largo de todo el año, o de todo el curso escolar, etc.

Al mismo tiempo puede existir la posibilidad de que se inscriban hermanos con hermanos, abuelos con nietos, padres con niños, etc. y luego se repartan los participantes en distintos equipos homogéneos.

A TU HORA

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico – deportivas.

Justificación del proyecto

Las actividades de ocio que desarrollamos en nuestra vida se estructuran, en la mayoría de las ocasiones, a partir del tiempo libre que permite nuestra vida laboral. La práctica de actividad física en Centros Deportivos, es incompatible muchas veces con nuestros horarios disponibles.

Con el propósito de favorecer la práctica deportiva entre el colectivo de personas adultas que no desarrollan actividad física por falta de tiempo, proponemos ampliar el horario de apertura y cierre de las instalaciones deportivas de su municipio, ya sea a primera hora de la mañana o al finalizar la jornada laboral, previa adecuación a las necesidades horarias de los posibles participantes.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos generales:

- Favorecer la práctica de actividades físico – deportivas entre la población adulta.
- Diversificar la oferta de actividad física para la población adulta.
- Fomentar hábitos de actividad física y salud.
- Propiciar alternativas de ocio y tiempo libre entre la población.

Objetivos específicos:

- Facilitar la ampliación de horarios de las instalaciones deportivas de los municipios.
- Ampliar la oferta de actividades físico – deportivas en los nuevos horarios de apertura.
- Fomentar la implicación de los participantes en la gestión de los recursos deportivos.

Destinatarios

- Usuarios directos: Personas mayores de 18 años, interesadas en practicar actividades físico – deportivas.
Han de mantener una estabilidad mínima de participación semanal en las actividades deportivas.
- Número de participantes: Aunque el número mínimo lo determinará cada municipio a la hora de poner en marcha el proyecto, el mínimo recomendado serían 25 personas.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Difusión del programa a través de los cauces de comunicación local, boletines informativos, centros municipales, centros deportivos, tiendas, bares, etc.
	PASO 2	Establecer un horario de atención al público interesado en el programa para ampliar información sobre el mismo y realizar la pre-inscripción de los participantes. Diseñar una ficha para los participantes que se les entregará con la ficha de pre-inscripción para obtener información sobre: <ul style="list-style-type: none">• Actividades físico – deportivas que quieren realizar, teniendo en cuenta las posibilidades del municipio.• Horarios disponibles. Establecer el proceso de recogida de la ficha de participantes.
	PASO 3	Análisis de los datos obtenidos en la ficha de participantes para: <ul style="list-style-type: none">• Definir las actividades físico – deportivas a realizar.• Establecer los horarios definitivos de las actividades.• Conocer el personal necesario para el desarrollo de las actividades físico – deportivas.
	PASO 4	Difusión del programa definitivo de actividades deportivas a través de los cauces de comunicación local, boletines informativos, centros municipales, centros deportivos, tiendas, bares, etc.

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 5	Establecer un horario de atención al público para realizar la inscripción definitiva de los participantes a las distintas actividades deportivas a realizar.
	PASO 6	Contratación / ampliación de jornada del personal necesario para el desarrollo del proyecto.
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 7	Apertura de las instalaciones y desarrollo de las actividades físico – deportivas seleccionadas en los horarios previstos.
	PASO 8	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto. Evaluación continua de la participación de los usuarios en las distintas actividades deportivas establecidas.

Cronograma de tiempos y tareas previstas.

TAREAS	3 MESES ANTES	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR
Difusión inicial del programa	■		
Atención al público (pre-inscripción) (Entrega ficha)		■	
Análisis de datos obtenidos			■
Difusión programa definitivo			■
Inscripción definitiva			■
Contratación personal necesario			■

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

Todas las instalaciones deportivas del municipio que sean necesarias para el desarrollo de las actividades deportivas que finalmente vayan a realizarse, en función de los datos obtenidos en el análisis de las fichas de los participantes.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none">• Para la realización de los carteles y folletos: Ordenador e impresora, fotocopidora y material de papelería.• Para los posibles contactos con las participantes: un teléfono con acceso a llamadas locales.
Para la realización de la actividad	<ul style="list-style-type: none">• Material necesario para las actividades físico deportivas a seleccionadas.

→ Recursos humanos:

El número de monitores, técnicos deportivos, personal de mantenimiento, conserjes, etc. dependerá del número total de actividades a realizar, así como de los nuevos horarios de apertura de Centros deportivos estipulados.

Evaluación del proyecto

Los datos más importantes a recoger en la evaluación serían los siguientes:

<p>NÚMERO DE PARTICIPANTES Y ASISTENCIA</p>	<p>Es importante conocer el número de participantes finales en la actividad, así como el nivel de asistencia a las actividades deportivas en las que se encuentran inscritos, para valorar la rentabilidad del proyecto, y su posible permanencia en el tiempo.</p>
<p>SATISFACCIÓN DE USUARIOS</p>	<p>Recogida de datos a través de una encuesta de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las actividades que desarrolla. • La organización de los horarios de apertura de los centros deportivos y facilidades para los usuarios. • Los monitores responsables de las actividades, etc. <p>En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para posibles futuras ediciones del proyecto.</p>

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los participantes por las actividades que se desarrollan en el municipio.
- Ampliación de la utilidad y utilización de los espacios y servicios deportivos.
- Aumentar la práctica de actividad físico deportiva entre la población ofreciendo alternativas de ocio saludable.

ÉRASE UNA VEZ EL JUEGO

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

- I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico – deportivas.

Justificación del proyecto

Este es un proyecto destinado al intercambio, la puesta en común y la diversión en el tiempo de ocio para personas adultas de distintas generaciones, con el juego y el deporte tradicional como protagonista.

El proyecto trata de favorecer a aquellas personas, que debido a su edad han abandonado la práctica de actividad físico – deportiva. Al mismo tiempo, se pretende que esta actividad pueda servir para retomar la tradición, ya abandonada, de jugar en la calle.

El diseño de este proyecto tiene muy en cuenta la integración, promoviendo la mezcla entre generaciones y tratando de buscar puntos en común con la práctica de juegos que se practican desde la infancia.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivo general:

- Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico - deportivas.



Objetivos específicos:

- Propiciar el intercambio entre vecinos de distintas generaciones a través de los juegos que cada uno ha vivido en su infancia.
- Ofrecer a la población nuevas vías de participación desde el deporte.
- Fomentar el respeto, a través del reconocimiento mutuo y la relación intergeneracional.
- Propiciar el desarrollo de actividades físicas que favorezcan la participación de personas adultas.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivos generales:

- Practicar actividad físico - deportiva.



Objetivos específicos:

- Participar en la vida del municipio desde el ámbito lúdico.
- Divertirse compartiendo momentos de ocio con los vecinos del municipio.
- Recordar los juegos presentes en la infancia de cada uno/a.

Destinatarios

→ Usuarios directos: El proyecto va dirigido a personas mayores de 18 años que estén interesados en divertirse y relacionarse con otros vecinos a través del juego.

Deberán participar aportando sus experiencias en torno al juego practicado en la infancia de cada uno.



- Número de participantes: Aunque el número mínimo lo determinará cada municipio a la hora de poner en marcha el proyecto, para realizar las Jornadas de Juegos Tradicionales, el mínimo recomendado sería de 10 a 20 personas.

Para conseguir este número mínimo deberemos despertar el interés entre los participantes potenciales a través de una información atractiva que llegue directamente a los puntos de reunión habitual de cada uno de los colectivos.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Selección de las personas que trabajarán en el proyecto: técnicos deportivos, monitores de tiempo libre, animadores juveniles y de tercera edad, voluntarios, etc.
	PASO 2	Difusión del programa a través de los canales de comunicación del municipio: centros municipales, centros deportivos, centros de mayores, tiendas, bares, etc. También hay que plantear la posibilidad de invitaciones personales.
	PASO 3	Realizar el diseño final de la actividad especificando: <ul style="list-style-type: none">• Los juegos concretos que se van a realizar.• El reparto de tareas entre los responsables.• Los materiales necesarios para cada juego.• Las normas concretas de cada juego.
	PASO 4	Acopio de materiales y ultimar preparativos.
	PASO 5	Realización de inscripciones: <ul style="list-style-type: none">• Reparto de los participantes en equipo si fuera necesario.• Distribución de participantes por juegos y si existieran, por categorías.

DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 6	Explicación práctica de los juegos a realizar.
	PASO 7	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto. Control, supervisión y apoyo durante la realización de los juegos.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	JORNADAS
Paso 1: Selección de monitores y/o voluntarios	■		
Paso 2: Difusión del programa	■	■	
Paso 3: Diseño final de la actividad		■	
Paso 4: Acopio de materiales y ultimar preparativos		■	
Paso 5: Formalización de inscripciones		■	
Paso 6: Ejecución de las Jornadas de Juegos Tradicionales			■

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

Pretendemos que no exista necesidad de ningún espacio específico con el fin de favorecer su práctica posterior. Podrá servirnos para la realización de las Jornadas de Juegos Tradicionales, cualquier espacio céntrico del municipio, por ejemplo la plaza, el patio de un colegio o alguna calle peatonal.

El espacio elegido no debe tener obstáculos que dificulten la práctica de deportes y debe tener un pavimento que proporcione seguridad contra resbalones, torceduras y evitar caídas dolorosas.

Si la organización de las Jornadas y el espacio en el que se vayan a realizar, no necesita de grandes infraestructuras, será más fácil que la experiencia se repita sin grandes inversiones de dinero.

Posteriormente la iniciativa de organizar posteriores ediciones de las Jornadas, podrá partir de los propios participantes, con el apoyo del técnico municipal

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none">• Para la realización de los carteles y folletos e invitaciones personales: Ordenador, impresora, fotocopidora, y material de papelería.• Para el envío de invitaciones personales: sobres y sellos.
Para la realización del Encuentro	<ul style="list-style-type: none">• Material necesario para los juegos seleccionados. Ej: Comba, pelotas, canicas, bolos, petanca, chapas, goma, peonzas, diábolos, tabas, sogas, pañuelos, cartas....etc.• Para aquellos juegos en los que se necesite material individual o por equipos, la cantidad irá en función del número de participantes inscritos.• Megafonía para música ambiente.

→ Recursos humanos:

El número de monitores y técnicos deportivos, así como voluntarios necesarios dependerá del número de juegos a realizar y del número de participantes de las Jornadas.

En principio sería necesario como mínimo una persona para controlar el desarrollo de uno o dos juegos.

Evaluación del proyecto

<p>SATISFACCIÓN DE USUARIOS</p>	<p>Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las actividades realizadas. • La organización del encuentro. • Los materiales utilizados. • Los monitores responsables de las actividades, etc. <p>En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.</p>
<p>APRENDIZAJE</p>	<p>Esta evaluación se realizará durante la actividad y tiene como objetivo prioritario conocer si los participantes realizan adecuadamente los juegos tradicionales propuestos durante el desarrollo del Encuentro.</p> <p>Para realizar esta evaluación, será necesaria una sencilla ficha de observación de participantes que los técnicos o monitores deportivos irán cumplimentando durante la realización de la actividad.</p>
<p>TRANSFERENCIA</p>	<p>Esta evaluación se realizará al menos un mes después de la realización del encuentro y tiene por objeto conocer si el encuentro ha supuesto una motivación para la práctica de los juegos tradicionales realizados.</p> <p>Para ello contactaremos con los participantes o iremos a los lugares de reunión de los colectivos que participaron para charlar con ellos y conocer si han seguido practicando algún juego tradicional a partir de la realización del encuentro.</p>

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

→ Aumento del interés de los participantes por las actividades que se desarrollan en el municipio.

→ APRENDIENDO EN COMUNIDAD

- Aumentar la práctica de actividad físico deportiva entre la población ofreciendo alternativas de ocio saludable.
- Conocimiento de diversos juegos tradicionales.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Diseño de un Encuentro en torno a los Juegos Tradicionales.
- Organización de alguna liga o campeonato, con posterioridad, en torno a alguno de los juegos practicados.
- Recursos / infraestructuras lúdicas generadas: pistas de chapas, bolera, etc.
- Creación de áreas concretas en el municipio dónde poder practicar distintos juegos tradicionales: bolos, petanca, teja, rana, etc.
- Memoria final de la actividad.

Posibles alternativas al proyecto

El proyecto está pensado para participantes mayores de edad, pero se puede aplicar también a edades inferiores, seleccionando adecuadamente los juegos a realizar, así como la intensidad de los mismos y adaptando los materiales a las capacidades del público infantil.

EL CAMINO MÁS LARGO DE VUELTA A CASA

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

- I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico – deportivas.

Justificación del proyecto

Durante nuestra vida diaria desarrollamos actividades físicas de las que no extraemos todos los beneficios posibles, son muchas las actividades de ocio que se pueden realizar y que suponen un beneficio para nuestra salud, pero todas ellas restan tiempo a nuestras agitadas vidas.

Este proyecto supone un método sencillo para realizar actividad aeróbica de media / larga duración, de forma controlada, la propuesta va dirigida sobre todo a las mujeres que llevan todos los días a sus hijos al Centro Escolar caminando.

Como su propio nombre indica, consiste en regresar a casa desde el Centro Educativo, eligiendo el camino más largo posible, de este modo, realizarán ejercicio sin alterar su ritmo de vida.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivos generales:

- Aumentar la participación ciudadana en actividades físico – deportivas.
- Diversificar la oferta de actividades físico – deportivas para que llegue a la mayor parte de la población femenina del municipio que no trabaja fuera de casa.

Objetivos específicos:

- Favorecer la vinculación de la mujer a la actividad física.
- Promocionar la oferta entre la población femenina para el desarrollo de actividad deportiva.
- Facilitar la conexión con los Centros Escolares.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivos generales:

- Fomentar hábitos de actividad física y salud.
- Crear alternativas de ocio.

Objetivos específicos:

- Desarrollar una actividad física de forma regular que le haga mejorar su estado de salud, tanto física como mental.
- Fomentar las relaciones sociales.
- Desarrollar la capacidad de recreación.

Destinatarios

→ Usuarios directos: Mujeres del municipio, amas de casa con hijos en edad escolar.

Deberán participar en actividades físicas y recreativas de manera regular: todos los días que lleven a sus hijos al colegio.

→ Número de participantes: El número mínimo lo determinará cada municipio, o centro educativo a la hora de poner en marcha el proyecto.

Para conseguir este número mínimo deberemos despertar el interés entre las potenciales participantes a través de una buena difusión en los Centros Escolares (las AMPAS deben involucrarse activamente), polideportivos, medios de comunicación locales, centros municipales, etc.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Reunión con los representantes del área de deportes, los directores de los centros educativos y responsables de las AMPAS para la presentación del proyecto y asignación de responsable por parte del AMPA.
	PASO 2	Difusión del programa a través de los cauces de comunicación local, centros municipales, centros deportivos, tiendas, bares, etc, y de los canales de comunicación del centro educativo, cartas a las madres de los/as alumnos/as.
	PASO 3	Establecer un horario de atención al público interesado en el programa para ampliar información sobre el mismo y realizar la inscripción de las participantes.
	PASO 4	Selección de los monitores deportivos y/o voluntarios que trabajarán en el proyecto.
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 5	Reunión inicial con las participantes en la actividad para establecer los recorridos y grupos de mujeres que puedan realizar juntas los trayectos. Esta reunión servirá también para realizar los ajustes pertinentes al proyecto para cubrir sus expectativas.
	PASO 6	Desarrollo del proyecto. Realizar los recorridos con las participantes.

DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 7	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto. Evaluación continua de la actividad.
	PASO 8	Hacer un seguimiento esporádico a las mujeres participantes en el proyecto para: <ul style="list-style-type: none"> • Conocer si siguen realizando los recorridos propuestos. • Motivarles a su realización si no lo estuvieran haciendo.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	EJECUCIÓN PROYECTO
Reunión con responsables			
Difusión inicial del programa			
Atención al público e información			
Selección del personal			
Reunión con participantes			
Respuesta a contingencias y realización puntual de itinerarios			

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto. Las calles del municipio.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Para la realización de los carteles, folletos y o cartas personalizadas: Ordenador e impresora, fotocopidora y material de papelería. • Para los posibles contactos con las participantes: un teléfono con acceso a llamadas locales.
--------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

→ Recursos humanos:

Sólo sería necesario un monitor, técnico deportivo y/o voluntario.

Evaluación del proyecto

<p>SATISFACCIÓN DE USUARIOS</p>	<p>Las destinatarias del proyecto podrán valorar su grado de satisfacción con el mismo, para obtener datos cuantificables, se les puede pasar una sencilla ficha de evaluación con el fin de conocer su opinión.</p>
<p>TRANSFERENCIA E IMPACTO</p>	<p>Quando el proyecto lleve en marcha al menos un mes, se puede valorar la repercusión que este tiene en cuanto a su cumplimiento, si se siguen realizando los caminos más largos de vuelta a casa o no. Para evaluar la transferencia e impacto se puede consultar directamente a las participantes, e incluso realizar con ellas el camino de vez en cuando con el fin de observarlo directamente.</p>

Posibles alternativas al proyecto

El proyecto inicial se dirige a mujeres que llevan a sus hijos al centro escolar, pero con la adecuada campaña de sensibilización es válido para cualquier tipo de colectivo.

Podría ser interesante incidir sobre todo en aquellas personas que circulan en vehículo propio dentro del municipio, para motivarles a que caminen más y utilicen el coche lo menos posible.

JUEGOS TRADICIONALES

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

- I. Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico – deportivas.

Justificación del proyecto

Este es un proyecto destinado al intercambio, la puesta en común y la diversión en el tiempo de ocio para personas adultas de distintas generaciones, con el juego y el deporte tradicional como protagonista.

El proyecto trata de favorecer a aquellas personas, que debido a su edad han abandonado la práctica de actividad físico – deportiva. Al mismo tiempo, se pretende que esta actividad pueda servir para retomar la tradición, ya abandonada, de jugar en la calle.

El diseño de este proyecto tiene muy en cuenta la integración, promoviendo la mezcla entre generaciones y tratando de buscar puntos en común con la práctica de juegos que se practican desde la infancia.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivo general:

- Aumentar la participación ciudadana en la práctica de actividades físico - deportivas.



Objetivos específicos:

- Propiciar el intercambio entre vecinos de distintas generaciones a través de los juegos que cada uno ha vivido en su infancia.
- Ofrecer a la población nuevas vías de participación desde el deporte.
- Fomentar el respeto, a través del reconocimiento mutuo y la relación intergeneracional.
- Propiciar el desarrollo de actividades físicas que favorezcan la participación de personas adultas.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivos generales:

- Practicar actividad físico - deportiva.



Objetivos específicos:

- Participar en la vida del municipio desde el ámbito lúdico.
- Divertirse compartiendo momentos de ocio con los vecinos del municipio.
- Recordar los juegos presentes en la infancia de cada uno/a.

Destinatarios

→ Usuarios directos: El proyecto va dirigido a personas mayores de 18 años que estén interesados en divertirse y relacionarse con otros vecinos a través del juego.

Deberán participar aportando sus experiencias en torno al juego practicado en la infancia de cada uno.

- Número de participantes: Aunque el número mínimo lo determinará cada municipio a la hora de poner en marcha el proyecto, para realizar las Jornadas de Juegos Tradicionales, el mínimo recomendado sería de 10 a 20 personas.

Para conseguir este número mínimo deberemos despertar el interés entre los participantes potenciales a través de una información atractiva que llegue directamente a los puntos de reunión habitual de cada uno de los colectivos.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Selección de las personas que trabajarán en el proyecto: técnicos deportivos, monitores de tiempo libre, animadores juveniles y de tercera edad, voluntarios, etc.
	PASO 2	Difusión del programa a través de los canales de comunicación del municipio: centros municipales, centros deportivos, centros de mayores, tiendas, bares, etc. También hay que plantear la posibilidad de invitaciones personales.
	PASO 3	Realizar el diseño final de la actividad especificando: <ul style="list-style-type: none">• Los juegos concretos que se van a realizar.• El reparto de tareas entre los responsables.• Los materiales necesarios para cada juego.• Las normas concretas de cada juego.
	PASO 4	Acopio de materiales y ultimar preparativos.
	PASO 5	Realización de inscripciones: <ul style="list-style-type: none">• Reparto de los participantes en equipo si fuera necesario.• Distribución de participantes por juegos y si existieran, por categorías.

DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 6	Explicación práctica de los juegos a realizar.
	PASO 7	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto. Control, supervisión y apoyo durante la realización de los juegos.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	JORNADAS
Paso 1: Selección de monitores y/o voluntarios			
Paso 2: Difusión del programa			
Paso 3: Diseño final de la actividad			
Paso 4: Acopio de materiales y ultimar preparativos			
Paso 5: Formalización de inscripciones			
Paso 6: Ejecución de las Jornadas de Juegos Tradicionales			

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

Pretendemos que no exista necesidad de ningún espacio específico con el fin de favorecer su práctica posterior. Podrá servirnos para la realización de las Jornadas de Juegos Tradicionales, cualquier espacio céntrico del municipio, por ejemplo la plaza, el patio de un colegio o alguna calle peatonal.

El espacio elegido no debe tener obstáculos que dificulten la práctica de deportes y debe tener un pavimento que proporcione seguridad contra resbalones, torceduras y evitar caídas dolorosas.

Si la organización de las Jornadas y el espacio en el que se vayan a realizar, no necesita de grandes infraestructuras, será más fácil que la experiencia se repita sin grandes inversiones de dinero.

Posteriormente la iniciativa de organizar posteriores ediciones de las Jornadas, podrá partir de los propios participantes, con el apoyo del técnico municipal.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none">• Para la realización de los carteles y folletos e invitaciones personales: Ordenador, impresora, fotocopidora, y material de papelería.• Para el envío de invitaciones personales: sobres y sellos.
Para la realización del Encuentro	<ul style="list-style-type: none">• Material necesario para los juegos seleccionados. Ej: Comba, pelotas, canicas, bolos, petanca, chapas, goma, peonzas, diabólos, tabas, sogas, pañuelos, cartas, etc.• Para aquellos juegos en los que se necesite material individual o por equipos, la cantidad irá en función del número de participantes inscritos.• Megafonía para música ambiente.

→ Recursos humanos:

El número de monitores y técnicos deportivos, así como voluntarios necesarios dependerá del número de juegos a realizar y del número de participantes de las Jornadas.

En principio sería necesario como mínimo una persona para controlar el desarrollo de uno o dos juegos.

Evaluación del proyecto

<p>SATISFACCIÓN DE USUARIOS</p>	<p>Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las actividades realizadas. • La organización del encuentro. • Los materiales utilizados. • Los monitores responsables de las actividades, etc. <p>En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.</p>
<p>APRENDIZAJE</p>	<p>Esta evaluación se realizará durante la actividad y tiene como objetivo prioritario conocer si los participantes realizan adecuadamente los juegos tradicionales propuestos durante el desarrollo del Encuentro.</p> <p>Para realizar esta evaluación, será necesaria una sencilla ficha de observación de participantes que los técnicos o monitores deportivos irán cumplimentando durante la realización de la actividad.</p>
<p>TRANSFERENCIA</p>	<p>Esta evaluación se realizará al menos un mes después de la realización del encuentro y tiene por objeto conocer si el encuentro ha supuesto una motivación para la práctica de los juegos tradicionales realizados.</p> <p>Para ello contactaremos con los participantes o iremos a los lugares de reunión de los colectivos que participaron para charlar con ellos y conocer si han seguido practicando algún juego tradicional a partir de la realización del encuentro.</p>

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los participantes por las actividades que se desarrollan en el municipio.

→ APRENDIENDO EN COMUNIDAD

- Aumentar la práctica de actividad físico deportiva entre la población ofreciendo alternativas de ocio saludable.
- Conocimiento de diversos juegos tradicionales.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Diseño de un Encuentro en torno a los Juegos Tradicionales.
- Organización de alguna liga o campeonato, con posterioridad, en torno a alguno de los juegos practicados.
- Recursos / infraestructuras lúdicas generadas: pistas de chapas, bolera, etc.
- Creación de áreas concretas en el municipio dónde poder practicar distintos juegos tradicionales: bolos, petanca, teja, rana, etc.
- Memoria final de la actividad.

Posibles alternativas al proyecto

El proyecto está pensado para participantes mayores de edad, pero se puede aplicar también a edades inferiores, seleccionando adecuadamente los juegos a realizar, así como la intensidad de los mismos y adaptando los materiales a las capacidades del público infantil.

2

**Diversificar la oferta de
actividades fomentando la
actividad y servicios locales**

CAMPAMENTO EN FAMILIA

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

II. Diversificar la oferta de actividades fomentando la actividad y servicios locales.

Justificación del proyecto

Completa actividad, compendio de múltiples acciones diseñada para familias con actividades dirigidas específicamente a la interrelación de padres y madres con sus hijos e hijas, en un entorno natural fuera del municipio.

Por medio de este proyecto, durante el fin de semana que durará, buscamos dar respuesta a la necesidad que existe de trabajar con familias desde el ámbito del tiempo libre. Estos espacios favorecen el intercambio de experiencias, así como la diversión conjunta de todos los miembros de la familia.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivo general:

- Diversificar la oferta de actividades, fomentando la actividad y los servicios locales.

Objetivos específicos:

- Propiciar un espacio y un tiempo para el encuentro y el intercambio entre las familias.
- Ofrecer actividades que favorezcan la participación de personas mayores y niños/as por igual.
- Promover alternativas de ocio fuera del entorno del municipio.

Objetivo operativo:

- Promover el “Campamento en Familia”.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivo general:

- Dar la oportunidad a padres e hijos de realizar una actividad físico – recreativa de forma conjunta.

Objetivos específicos:

- Crear un espacio para que padres y madres puedan poner en común experiencias en torno a la relación con los hijos.
- Divertirse compartiendo momentos de ocio con los vecinos del municipio.
- Conocer alternativas de ocio saludable.

Objetivo operativo:

- Participar en el “Campamento en Familia”.

Destinatarios

- Usuarios directos: Parejas que tengan hijos con edades comprendidas entre los 6 y los 14 años.
Deberán participar activamente en la actividad aportando sus experiencias.
- Número de participantes: Aunque cada municipio estimará el número de participantes oportuno, nosotros pensamos que el campamento debería realizarse con un mínimo de cinco familias.

Para conseguir este número mínimo deberemos despertar el interés entre los participantes potenciales a través de una información atractiva que llegue directamente a los puntos de reunión habitual de cada uno de los colectivos.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Selección de las personas que trabajarán en el proyecto: técnicos deportivos y monitores de tiempo libre.
	PASO 2	Difusión del Campamento en los medios de comunicación del municipio: radio y TV local, centros municipales, centros deportivos, colegios, centros de educación de adultos, tiendas, bares, etc.
	PASO 3	Establecer un horario de atención al público interesado en el programa para ampliar información sobre el mismo y realizar la inscripción de los participantes
	PASO 4	Realizar las gestiones pertinentes para la realización del Campamento: <ul style="list-style-type: none"> • Reserva del albergue o zona de acampada. • Diseño de las actividades a realizar en el campamento. • Reparto de tareas. • Acopio de materiales necesarios.

DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 5	Ejecución del campamento: realización de las actividades programadas.
	PASO 6	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto. Evaluación continua de la actividad.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	CAMPAMENTO
Selección de técnicos deportivos y monitores de tiempo libre.	■		
Difusión de la actividad.		■	
Información e inscripciones.		■	
Reserva del Albergue o campamento.		■	
Diseño de las actividades a realizar en el campamento.		■	
Respuesta a contingencias y evaluación continua.			■

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

El campamento se realizará en un albergue o zona de acampada que se encuentre en un radio más o menos cercano al municipio (150 / 200 km.).

Dependiendo de las fechas que seleccionemos para la realización del proyecto podremos ir con tiendas de campaña o alojarnos en un albergue.

→ Recursos materiales:

<p>Para la difusión del proyecto</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Para la realización de los carteles y folletos e invitaciones personales: Ordenador, impresora, fotocopidora, y material de papelería. • Para el envío de invitaciones personales: sobres y sellos. • Para los posibles contactos con los participantes: un teléfono con acceso a llamadas locales.
<p>Para la realización del campamento</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Autobús para el traslado a la zona de acampada o albergue. • Material específico para el desarrollo de las actividades previstas.

→ Recursos humanos:

El número de técnicos deportivos y/o monitores de tiempo libre dependerá del número de participantes finales en la actividad. La normativa de campamentos en la Comunidad de Madrid exige que haya un monitor titulado por cada 10 niños.

Este caso es diferente al estar sus padres con ellos, por lo que para un grupo de 20 a 30 personas podrían ir dos monitores de tiempo libre o técnicos deportivos.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN DE USUARIOS

Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:

- Las actividades físico – recreativas realizadas en el campamento.
- La organización del mismo.
- Las instalaciones dónde se ha desarrollado.
- El entorno en el que se encuentra.
- Los materiales empleados.
- Los monitores responsables, etc.

En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.

TRANSFERENCIA E IMPACTO

Esta evaluación se realizará al menos un mes después de la realización del campamento y tiene por objeto conocer la relación que existe entre padres e hijos desde la realización del mismo: si comparten momentos de ocio, si dedican más tiempo al juego con sus hijos, si les ha ayudado el hecho de compartir experiencias con otros padres, etc.

Para realizar esta evaluación, contactaremos con los participantes para establecer distintas fechas de reunión con ellos, o bien se puede hacer a través del envío de un cuestionario a su propio domicilio. Advertimos que esta no es la opción más adecuada, puesto que es posible que muy pocos cuestionarios sean devueltos.

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los participantes por las actividades en grupo con otras familias fuera del municipio.
- Aumento de las posibilidades en lo que se refiere a alternativas de ocio saludable en familia.

- Vivir una experiencia en comunidad fuera de lo habitual y compartida con otros vecinos del municipio.
- Reclutamiento de posibles colaboradores y/o trabajadores futuros.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Diseño de un campamento familiar.
- Memoria final de la actividad.
- Establecimiento de espacios periódicos de dicha actividad, una vez concluida la primera edición de la misma.

Posibles alternativas al proyecto

Aunque en un principio el proyecto se realiza para un fin de semana de campamento, éste puede hacerse extensivo a períodos más largos, por ejemplo quince días en las vacaciones de verano, con familias no sólo de nuestro municipio, sino también de municipios cercanos con el fin de optimizar los recursos.

APROVECHANDO EL ENTORNO

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

II. Diversificar la oferta de actividades fomentando la actividad y servicios locales.

Justificación del proyecto

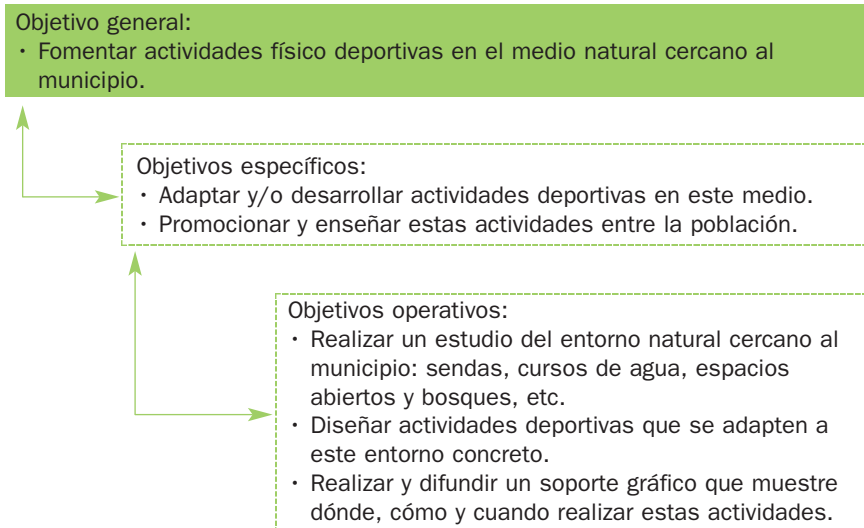
El medio natural nos ofrece un marco de actuación con unas cualidades muy especiales para el desarrollo de actividades físico deportivas que benefician la salud física y mental, a los elementos positivos que tiene el mero hecho de practicar actividad física, se le suma la ruptura con el entorno habitual.

El proyecto se pone en marcha ante la necesidad de hacer actividad física en el medio natural, habida cuenta de la poca incidencia que tiene el entorno natural en nuestra vida diaria.

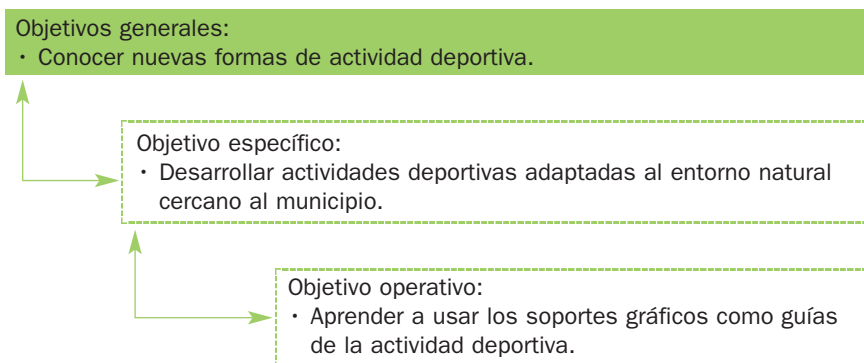
Se pretende dar utilidad al medio natural a través de cuadernillos, folletos, soportes fijos como paneles o balizamientos...etc, con los que el usuario sea capaz de realizar las actividades físicas propuestas de tal forma que pueda ser autónomo en su práctica deportiva. Al mismo tiempo pretendemos aportar ideas que nos hagan desarrollar otras formas de trabajo deportivo al que no estamos habituados: circuitos de orientación, observación de estrellas, senderismo lúdico, juegos de pistas, deportes alternativos, etc.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:



Objetivos a conseguir en los usuarios:



Destinatarios

- Usuarios directos: Personas de cualquier edad con ganas de practicar una actividad físico – deportiva en el medio natural.
- Número de participantes: El proyecto está diseñado para realizar las actividades de forma individual o grupal.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

La metodología vendrá definida por el trabajo sobre el medio natural y las posibles actividades deportivas que se puedan realizar. En este trabajo estudiaremos los tipos de terreno que tenemos cerca y que sean accesibles. Esta accesibilidad, nos dará el tipo de actividad que se pueda realizar en cada lugar: rutas de senderismo, circuitos de orientación a pie, en bicicleta o a caballo, zonas abiertas para deportes alternativos...

Al mismo tiempo se requiere una gran dinamización de la población del municipio. Se realizarán actividades promocionales que difundan y enseñen a trabajar con los soportes gráficos que se realicen en la primera fase y por la generación de nuevas propuestas de actividades que se realicen en la segunda fase.

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Realizar un estudio del medio natural cercano: tipo de orografía, flora y fauna, accesos...
	PASO 2	Vinculación de los terrenos estudiados a actividades físico – deportivas concretas.
	PASO 3	Convocar a colectivos y particulares para la práctica de las nuevas actividades físico – deportivas ofertadas.

DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 4	Distribuir el soporte gráfico durante todo el período de realización del proyecto.
	PASO 5	Instruir en el uso del soporte gráfico a todas las personas que lo requieran.
	PASO 6	Realizar las distintas actividades físico – deportivas propuestas, junto con los participantes alguna vez al mes.
	PASO 7	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	INICIO
Paso 1: Estudio del medio natural cercano			
Paso 2: Vinculación de actividades a zonas seleccionadas			
Paso 3: Convocatoria a potenciales usuarios.			
Paso 4: Distribución de los soportes gráficos.			
Paso 5: Instrucción para el uso del soporte gráfico.			
Paso 6: Realizar las actividades con los usuarios			
Paso 7: Respuesta a las contingencias.			

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

El proyecto se desarrollará en los espacios naturales seleccionados cercanos al municipio.

→ Recursos materiales:

Para el estudio del medio natural	<ul style="list-style-type: none">• Mapas.• Cámara de fotos.• Prismáticos.• Material de papelería.
Para la realización de los soportes gráficos	<ul style="list-style-type: none">• Ordenador, escáner, impresora y fotocopidora.• Material de papelería.

→ Recursos humanos:

Un técnico y/o monitor deportivo con conocimientos sobre el medio natural y sobre la realización de actividades deportivas y de tiempo libre en este entorno.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN DE USUARIOS	<p>Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:</p> <ul style="list-style-type: none">• Los itinerarios propuestos.• Las actividades deportivas específicas en cada zona de los itinerarios.• La claridad y calidad de los materiales documentales y soportes empleados, etc. <p>En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.</p>
---------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>APRENDIZAJE</p>	<p>Esta evaluación se realizará durante la actividad y tiene como objetivo prioritario conocer si los participantes manejan adecuadamente los cuadernillos entregados con los detalles de las rutas y realizan de forma correcta las actividades deportivas propuestas.</p> <p>Para realizar esta evaluación, será necesaria una sencilla ficha de observación de participantes que los técnicos o monitores deportivos irán cumplimentando durante la realización de la actividad.</p>
<p>TRANSFERENCIA</p>	<p>Esta evaluación se realizará al menos un mes después del inicio de la actividad y tiene como objetivo prioritario conocer en qué medida han cambiado los hábitos de práctica de actividad físico – deportiva.</p> <p>Para realizar esta evaluación, realizaremos de vez en cuando los recorridos propuestos con los participantes a fin de ir recabando la información necesaria, a través de la conversación con ellos y la observación directa.</p>

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los participantes por las actividades que se desarrollan en el municipio.
- Aumentar la práctica de actividad físico deportiva entre la población ofreciendo alternativas de ocio saludable.
- Conocimiento de rutas de interés cercanas al municipio.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Establecimiento de itinerarios interés para la práctica deportiva en zonas cercanas al municipio.

- Sencillos manuales de explicación de cada uno de los itinerarios y las actividades que pueden desarrollarse en cada punto concreto del mismo.
- Memoria final de la actividad.

Posibles alternativas al proyecto

El proyecto está pensado para todo tipo de participantes, sea cual sea su edad y condición física, los itinerarios podrán variar la intensidad de actividades, así como el objeto a trabajar: senderismo, orientación, juegos de pistas, etc en función de los distintos perfiles a los que queramos dedicarnos más específicamente.

EN LA CALLE TE ESPERO

Ejes fundamentales de desarrollo al que se adscribe:

II. Diversificar la oferta de actividades fomentando la actividad y servicios locales.

VI. Propiciar alternativas a los hábitos nocivos de ocio.

Justificación del proyecto

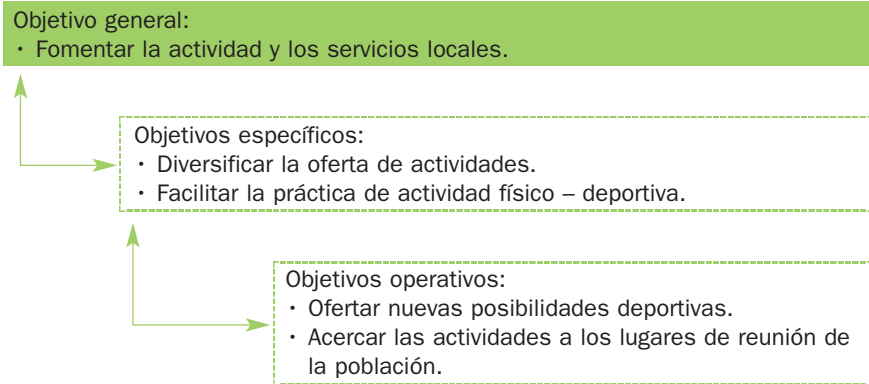
Las instalaciones deportivas municipales no son siempre el mejor sitio dónde realizar actividades físico – deportivas.

En ocasiones los lugares habituales de reunión de los distintos colectivos, nos ofrecen múltiples posibilidades para acercar a la población la práctica deportiva.

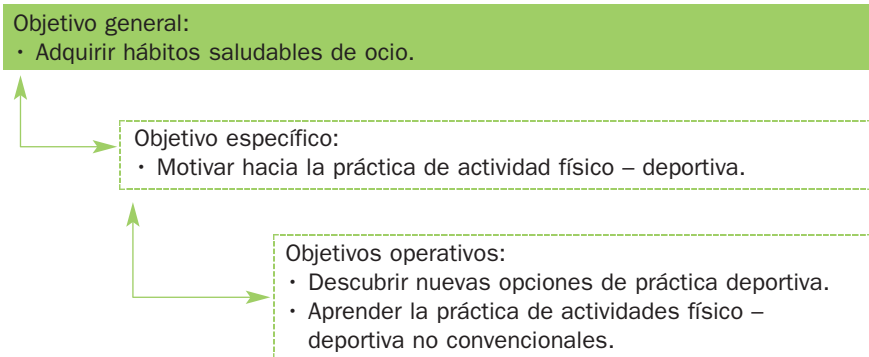
El proyecto consiste en tomar la calle como solución para dirigirse a la población que no se acerca a las instalaciones deportivas, y que carecen de hábitos de ocio saludable, se organizarán jornadas mensuales para enseñar los nuevos deportes o actividades físico – deportivas elegidas.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:



Objetivos a conseguir en los usuarios:



Destinatarios

→ Usuarios directos: Este proyecto puede ser trasladado a cualquiera de los sectores de población de los distintos municipios, que tengan las siguientes características:

- Falta de hábitos de ocio saludable.
- Desconocimiento de deportes no convencionales.

→ Número de participantes: Cada municipio estimará el número mínimo de participantes que considere oportuno para la puesta en marcha del proyecto.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Estudiar las necesidades de los sectores de la población para decidir aquellos que serán los usuarios directos del proyecto.
	PASO 2	Selección de las personas que trabajarán en el proyecto: técnicos y monitores deportivos. También se investigará la existencia de personas y/o colectivos del municipio practicantes de algún deporte no convencional para tantear la posibilidad de involucrarles en el proyecto.
	PASO 3	Decidir los deportes a trabajar en función de los espacios disponibles en el municipio: calles peatonales, plazas, parques, etc.
	PASO 4	Difusión de las jornadas en los medios de comunicación del municipio: radio y TV local, centros municipales, centros deportivos, colegios, centros de educación de adultos, tiendas, bares, etc.
	PASO 5	Establecer el reparto de tareas entre los responsables de la actividad. Conseguir el material necesario para las jornadas.
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 6	Ejecución de las jornadas. Se elaborará un sencillo manual para cada uno de los deportes que se realicen, de forma que posteriormente los participantes puedan practicarlos de forma autónoma.
	PASO 7	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo de las jornadas.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	JORNADAS
Estudio de necesidades	■		
Selección de técnicos/ monitores deportivos y/o voluntarios		■	
Elección de los deportes a realizar.		■	
Difusión de la actividad.		■	
Acopio de material y reparto de tareas.		■	
Respuesta a contingencias			■

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

En las calles, plazas, parques y demás espacios disponibles del municipio dónde se puedan realizar las actividades previstas.

Deben ser lugares dónde se pueda congregarse a un grupo numeroso de personas y no deben tener obstáculos que dificulten la práctica de deportes, así mismo es necesario que el firme o pavimento proporcione seguridad contra resbalones, torceduras y evitar caídas dolorosas.

→ Recursos materiales:

<p>Para la difusión del proyecto</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Para la realización de los carteles y folletos: Ordenador, impresora, fotocopidora, y material de papelería.
<p>Para la realización de las jornadas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Material específico para el desarrollo de los deportes seleccionados. • Megafonía para música ambiente.
<p>Para la realización de los manuales</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ordenador, impresora, fotocopidora, y material de papelería.

→ Recursos humanos:

El número de técnicos y monitores deportivos, así como posibles voluntarios, dependerá del número de participantes finales en las jornadas deportivas.

Deberán tener las siguientes características:

- Motivación intrínseca para implicarse en el proyecto.
- Capacidad para la dinamización de grupos.
- Conocimientos sobre deportes no convencionales.
- Conocimientos de entrenamiento deportivo y prevención de lesiones.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN DE USUARIOS	<p>Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:</p> <ul style="list-style-type: none">• Las actividades deportivas realizadas.• La organización de las jornadas.• Los materiales empleados.• Los monitores responsables, etc. <p>En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.</p>
APRENDIZAJE	<p>Esta evaluación se realizará durante la actividad y tiene como objetivo prioritario conocer el grado de asimilación de conocimiento que muestran los participantes para cada una de las nuevas actividades deportivas desarrolladas, es decir, si aprenden o no la mecánica de cada uno de los deportes en que participan.</p> <p>Para realizar esta evaluación, será necesaria una sencilla ficha de observación de participantes que los técnicos o monitores deportivos irán cumplimentando durante la realización de las jornadas.</p>
TRANSFERENCIA	<p>Esta evaluación se realizará al menos un mes después del final del proyecto y tiene como objetivo prioritario conocer en qué medida han cambiado los hábitos de práctica de actividad físico - deportiva entre los participantes de la actividad, tras la finalización de las jornadas.</p> <p>Para realizar esta evaluación, contactaremos con los participantes para establecer distintas fechas de reunión con ellos, o bien se puede hacer a través del envío de un cuestionario a su propio domicilio. Advertimos que esta no es la opción más adecuada, puesto que es posible que muy pocos cuestionarios sean devueltos.</p>

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los participantes por las actividades que se desarrollan en el municipio.
- Aumentar el campo de actuación en lo que se refiere a alternativas de ocio saludable en el municipio.
- Aprendizaje de la mecánica de distintos deportes y actividades físico – deportivas no convencionales.
- Reclutamiento de posibles colaboradores y/o trabajadores futuros.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Sencillos manuales de explicación de cada uno de los deportes realizados.
- Memoria final de la actividad.
- Establecimiento de espacios periódicos de dicha actividad, una vez concluida la primera edición de la misma.

Posibles alternativas al proyecto

El proyecto está pensado para todo tipo de participantes, sea cual sea su edad y condición física, en función del perfil que seleccionemos deberemos adaptar el tipo de actividades deportivas elegidas así como su nivel de intensidad.

Por otro lado, el proyecto puede desarrollarse a lo largo de todo un periodo seleccionado, sin necesidad de limitarlo a la realización de unas jornadas.

MISMOS ESPACIOS: OTROS USOS

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

II. Diversificar la oferta de actividades fomentando la actividad y servicios locales.

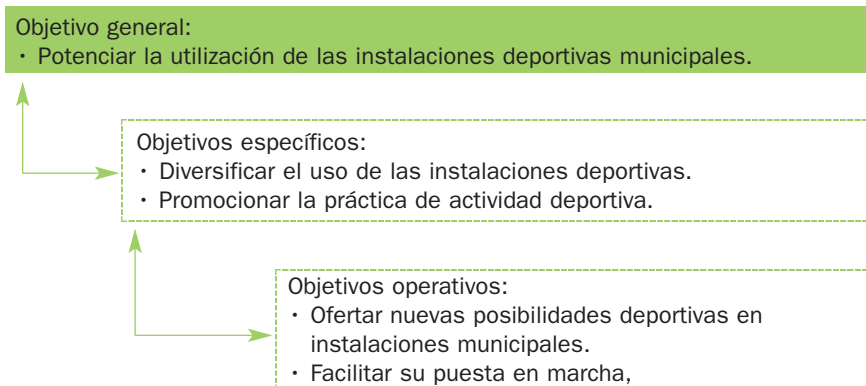
Justificación del proyecto

Con este proyecto, se pretende poner remedio a la infrautilización de distintas instalaciones deportivas: polideportivos, canchas elementales, etc., convirtiendo las actuales instalaciones, en áreas multideportivas con mayores posibilidades de uso y disfrute.

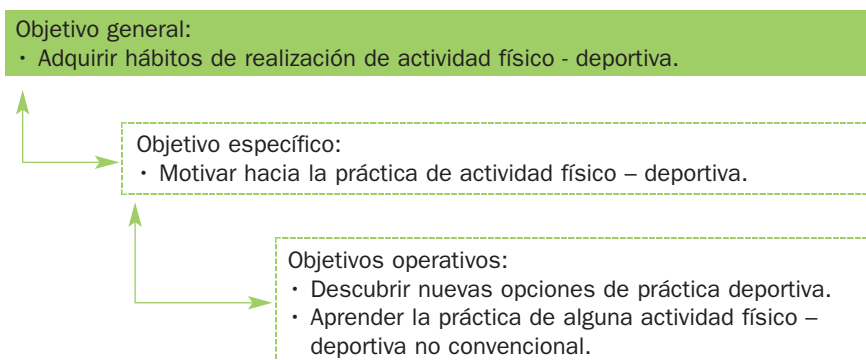
Hemos detectado diversas causas de infrautilización de dichas instalaciones que varían en función de cada municipio, pero en general podemos destacar la escasa motivación y falta de hábito deportivo en distintos sectores poblacionales, así como el desconocimiento generalizado de otras posibilidades deportivas que van más allá de los deportes convencionales.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:



Objetivos a conseguir en los usuarios:



Destinatarios

→ Usuarios directos: Este proyecto puede ser trasladado a cualquiera de los sectores de población de los distintos municipios. Lo ideal es que participen aquellas personas que no tengan hábito deportivo y/o tengan desmotivación para la práctica de

actividad físico – deportiva; y aquellas que desconozcan las actividades deportivas no convencionales.

- Número de participantes: Cada municipio estimará el número de participantes que considere oportuno.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Selección de las personas que trabajarán en el proyecto: técnicos y monitores deportivos. También se investigará la existencia de personas y/o colectivos del municipio practicantes de algún deporte no convencional para tanteear la posibilidad de involucrarles en el proyecto.
	PASO 2	Decidir los nuevos deportes que se trabajarán en cada una de las instalaciones.
	PASO 3	Difusión del proyecto en los medios de comunicación del municipio: radio y TV local, centros municipales, centros deportivos, colegios, centros de educación de adultos, tiendas, bares, etc.
	PASO 4	Establecer un horario de atención al público interesado en el programa para ampliar información sobre el mismo y realizar la inscripción de los participantes.
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 5	Ejecución de las actividades. Se elaborará un sencillo manual para cada uno de los deportes que se realicen, de forma que posteriormente los participantes puedan practicarlos de forma autónoma.
		Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto. Evaluación continua de la actividad.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	ACTIVIDADES DEPORTIVAS
Selección de técnicos/ monitores deportivos y/o voluntarios			
Elección de los deportes a realizar.			
Difusión de la actividad. Información e inscripciones.			
Respuesta a contingencias y evaluación continua.			

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

Instalaciones deportivas municipales.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Para la realización de los carteles y folletos e invitaciones personales: Ordenador, impresora, fotocopidora, y material de papelería. • Para el envío de invitaciones personales: sobres y sellos. • Para los posibles contactos con los participantes: un teléfono con acceso a llamadas locales.
Para la realización de las actividades	<ul style="list-style-type: none"> • Material específico para el desarrollo de los deportes seleccionados.
Para la realización de los manuales	<ul style="list-style-type: none"> • Ordenador, impresora, fotocopidora, y material de papelería.

→ Recursos humanos:

El número de técnicos y monitores deportivos, así como posibles voluntarios, dependerá del número de participantes finales en las actividades deportivas previstas.

Deberán tener las siguientes características:

- Motivación intrínseca para implicarse en el proyecto.
- Capacidad para la dinamización de grupos.
- Conocimientos sobre deportes no convencionales.
- Conocimientos de entrenamiento deportivo y prevención de lesiones.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN DE USUARIOS

Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:

- Las actividades deportivas realizadas.
- La organización de las mismas.
- Los materiales empleados.
- Los monitores responsables, etc.

En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.

APRENDIZAJE

Esta evaluación se realizará durante la actividad y tiene como objetivo prioritario conocer el grado de asimilación de conocimiento que muestran los participantes para cada una de las nuevas actividades deportivas desarrolladas, es decir, si aprenden o no la mecánica de cada uno de los deportes en que participan.

Para realizar esta evaluación, será necesaria una sencilla ficha de observación de participantes que los técnicos o monitores deportivos irán cumplimentando durante la realización de las actividades.

TRANSFERENCIA

Esta evaluación se realizará al menos un mes después del final del proyecto y tiene como objetivo prioritario conocer en qué medida han cambiado los hábitos de práctica de actividad físico - deportiva entre los participantes de la actividad, tras la finalización de la misma.

Para realizar esta evaluación, contactaremos con los participantes para establecer distintas fechas de reunión con ellos, o bien se puede hacer a través del envío de un cuestionario a su propio domicilio. Advertimos que esta no es la opción más adecuada, puesto que es posible que muy pocos cuestionarios sean devueltos.

También podemos contactar con ellos en sus espacios habituales de reunión y observar si realizan alguna de las actividades deportivas aprendidas.

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los participantes por las actividades que se desarrollan en el municipio.
- Aumentar el campo de actuación en lo que se refiere a alternativas de ocio saludable en el municipio.
- Aprendizaje de la mecánica de distintos deportes y actividades físico – deportivas no convencionales.
- Reclutamiento de posibles colaboradores y/o trabajadores futuros.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Sencillos manuales de explicación de cada uno de los deportes realizados.
- Memoria final de la actividad.

- Establecimiento de espacios periódicos de dicha actividad, una vez concluida la primera edición de la misma.

Posibles alternativas al proyecto

El proyecto está pensado para todo tipo de participantes, sea cual sea su edad y condición física, en función del perfil que seleccionemos deberemos adaptar el tipo de actividades deportivas elegidas así como su nivel de intensidad.

3

**Mejorar la formación
del personal técnico**

EN LÍNEA ABIERTA

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

III. Mejorar la formación del personal técnico.

Justificación del proyecto

El proyecto surge ante la necesidad de dar respuesta a las demandas de información y formación que recibe el Programa Forodeporte, desde los servicios deportivos de los distintos ayuntamientos de la Comunidad de Madrid.

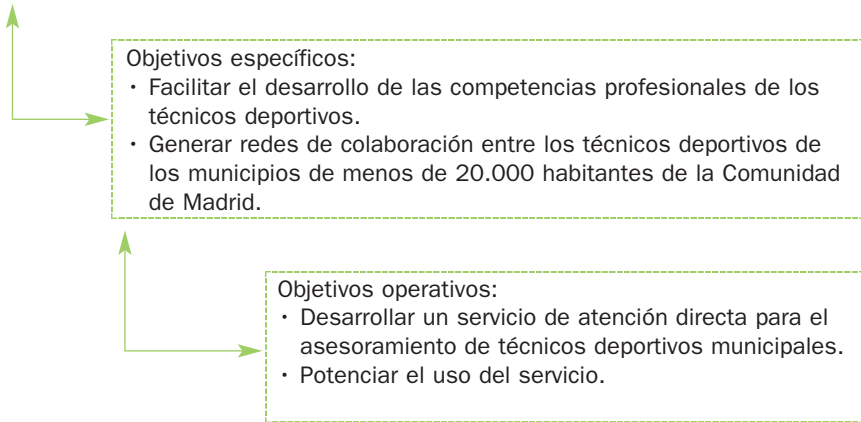
Consiste en crear una asesoría para la resolución de problemas técnicos relacionados con las actividades deportivas municipales.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos del proyecto:

Objetivo general:

- Mejorar la calidad de los servicios deportivos que se prestan en los municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid.



Destinatarios

- Usuarios directos: El proyecto está diseñado específicamente para todos los técnicos deportivos de municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid.
- Número de participantes: No existe un número mínimo o máximo de participantes ya que se dará respuesta a todas las consultas, ya sean individuales o colectivas.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

La metodología de trabajo que propone el proyecto se basa en una atención directa en tiempo real, a las demandas que se planteen desde los servicios deportivos municipales.

Esta asesoría se realizará fundamentalmente a través de dos canales:

→ Teléfono:

Permite una resolución de la consulta en tiempo real, facilitando la labor del técnico deportivo en el momento preciso.

→ Internet:

A través del portal del Programa Forodeporte se establecerán los mecanismos necesarios para atender consultas por este cauce, garantizando una rápida respuesta al usuario del servicio.

Recursos necesarios

→ Recursos humanos:

Para la resolución de las consultas que se planteen, la Dirección General de Deportes, a través del Programa Forodeporte contará con los siguientes profesionales:

- Personal técnico de la Dirección General de Deportes.
- Técnicos deportivos de distintos municipios y/o entidades.
- Especialistas en el ámbito de la actividad físico – deportiva.

Así mismo, el Programa Forodeporte establecerá las medidas oportunas para generar una red de intercambio profesional, ya sea de información, experiencias, proyectos, etc., así como resolución de problemas, en la que se solicitará la participación de todos los técnicos deportivos de los municipios de la Comunidad de Madrid.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN DE USUARIOS	Desde la puesta en marcha del proyecto se establecerá un sistema de recogida de datos, que permita valorar el grado de satisfacción de los usuarios con el servicio, y realizar propuestas de mejora.
TRANSFERENCIA	Esta evaluación se realizará al menos seis meses después del inicio del servicio de asesoría y tiene como objetivo prioritario conocer en qué medida la resolución de las consultas planteadas, ha facilitado y/o mejorado el trabajo de los usuarios en los servicios deportivos municipales. Esta evaluación podrá realizarse a los usuarios del servicio por distintos métodos: cuestionarios, encuestas telefónicas, entrevistas, grupos de discusión, etc.

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Mejora de las competencias laborales de los técnicos deportivos municipales, y por lo tanto mejora en la calidad de los servicios deportivos prestados.
- Aumento de la motivación de los técnicos deportivos municipales al saberse parte de un proyecto de desarrollo común.
- Con este proyecto se contribuirá a potenciar y mejorar las relaciones entre los servicios deportivos de los distintos municipios de la Comunidad.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Generación de una red de intercambio profesional entre los servicios deportivos de los municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid.

- Posibilidad de publicación de cuadernos monográficos que den respuesta a las consultas mayoritariamente planteadas, para que puedan ser difundidos de forma generalizada a todos los servicios deportivos municipales de la Comunidad.

FORMACIÓN EN PUESTO

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

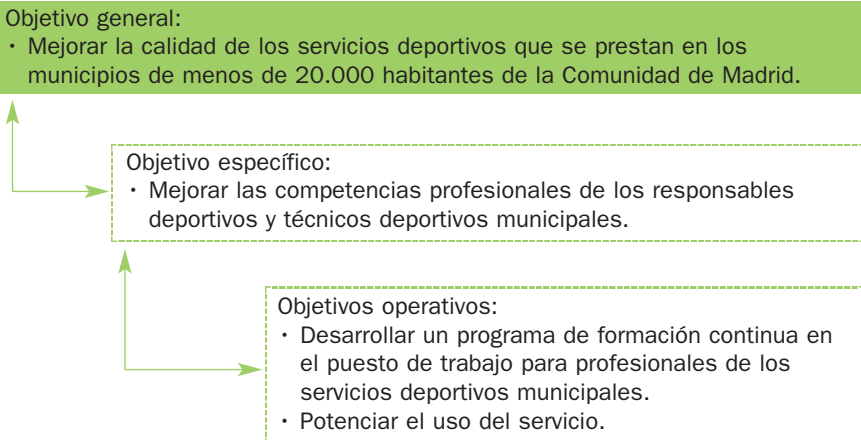
III. Mejorar la formación del personal técnico.

Justificación del proyecto

Este proyecto se ha pensado para dar respuesta a las necesidades de formación específica que puedan tener los Responsables y Técnicos de los servicios deportivos municipales, de los distintos municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos del proyecto:



Destinatarios

- Usuarios directos: El proyecto está diseñado específicamente para todos los responsables de servicios deportivos y técnicos deportivos de municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid.
- Número de participantes: No existe un número mínimo o máximo de participantes ya que se dará respuesta a las demandas de formación, ya sea a nivel individual o colectivo.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

Para entender la metodología de trabajo debemos dejar claro que consideramos la formación en el puesto de trabajo como un proceso amplio, en el que no sólo tiene cabida el proceso formativo que se desarrolla en un aula sobre un tema específico, sino que también incluimos la autoformación, o la formación entre grupos de iguales a través de procesos de trabajo en red.

Partiendo de esta base, el proceso metodológico se establecería del siguiente modo:

PASO 1	Demanda de formación específica desde un servicio deportivo municipal.
PASO 2	El programa Forodeporte valora la petición y establece la vía de resolución a la demanda, de común acuerdo con los implicados a través del cauce que consideren más oportuno: <ul style="list-style-type: none">• Autoformación a través de distintos materiales que se seleccionarán para cada caso en cuestión.• Formación en puesto para atender la demanda concreta en el municipio en cuestión.• Formación a través de la red de profesionales deportivos de los distintos municipios de la Comunidad: En este caso serán sus propios compañeros de otros municipios, quienes colaboren en el proceso de formación o autoformación basándose en experiencias anteriores llevadas a cabo en sus municipios.
PASO 3	Evaluar el aprovechamiento de cualquiera de los procesos formativos seleccionados para cada caso.

En cualquiera de los supuestos de formación planteados, los responsables deportivos o técnicos deportivos demandantes de la formación, tendrán apoyo y asesoramiento constante de los técnicos del Programa Forodeporte.

Recursos necesarios

→ Recursos humanos:

El Programa Forodeporte establecerá las medidas oportunas para generar una red de intercambio profesional, sobre formación específica, experiencias, proyectos, etc., en la que se solicitará la participación de todos los técnicos deportivos de los municipios de la Comunidad de Madrid.

Para llevar a cabo, cualquiera de los procesos formativos planteados, la Dirección General de Deportes, a través del Programa Forodeporte contará con los siguientes profesionales:

- Personal técnico de la Dirección General de Deportes.
- Técnicos deportivos de distintos municipios y/o entidades.
- Especialistas en el ámbito de la actividad físico – deportiva.

Evaluación del proyecto

<p>SATISFACCIÓN DE USUARIOS</p>	<p>Al finalizar el proceso formativo, sea cual sea la opción seleccionada, se realizará con los participantes una evaluación, que permita valorar el grado de satisfacción de los participantes con la formación recibida.</p>
<p>APRENDIZAJE</p>	<p>Esta evaluación se realizará durante el proceso formativo y tiene como objetivo prioritario conocer si los participantes asimilan adecuadamente los contenidos trabajados en el proceso.</p> <p>Dada las diferencias que existen entre los tipos de formación que se proponen, para realizar esta evaluación se establecerán dos sistemas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observación directa: Si la formación se realiza en el puesto de trabajo podremos conocer directamente el nivel de asimilación de contenidos. • Tutorías: Si se realiza autoformación o formación a través de red. Estas tutorías podrán ser presenciales, telefónicas, on line, etc. y facilitarán a los participantes la resolución de dudas relacionadas con los contenidos objeto de la formación, al mismo tiempo nos permitirán conocer el nivel de aprendizaje de los participantes.

TRANSFERENCIA

Para realizar esta evaluación tenemos dos opciones dependiendo del tipo de formación realizado:

- Observación directa: Si la formación se realiza en el puesto de trabajo podremos conocer in situ cómo aplica el participante de la formación a su trabajo diario, los contenidos aprendidos en el proceso formativo.
- En caso de que se realice autoformación o formación a través de red, la evaluación de transferencia se realizará al menos dos meses después del proceso formativo y tendrá como principal objetivo conocer en qué medida el participante de la formación aplica los conocimientos adquiridos, al desarrollo de su trabajo.

Esta evaluación podrá realizarse a los usuarios del servicio por distintos métodos: cuestionarios, encuestas telefónicas, entrevistas, grupos de discusión, etc.

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Mejora de las competencias laborales de los responsables deportivos y técnicos deportivos municipales, y por lo tanto mejora en la calidad de los servicios deportivos prestados.
- Aumento de la motivación de los técnicos deportivos municipales al saberse parte de un proyecto de desarrollo común.
- Con este proyecto se contribuirá a potenciar y mejorar las relaciones entre los servicios deportivos de los distintos municipios de la Comunidad.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Generación de una red de intercambio profesional entre los servicios deportivos de los municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid.

- Posibilidad de publicación de cuadernos monográficos sobre la formación específica recibida en el puesto de trabajo que facilite la posterior autoformación de otros responsables de servicios deportivos o técnicos deportivos de los municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid.

4

**Facilitar el transporte y
comunicación para la práctica
de actividades físico-deportivas**

PADRES CONDUCTORES

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

- IV. Facilitar el transporte y la comunicación para la práctica de actividades físico – deportivas.

Justificación del proyecto

Este proyecto pretende garantizar y aumentar la práctica de actividad físico – deportiva entre la población menor de edad a través de la organización compartida del transporte privado de los padres, que se irán turnando para llevar a los menores a las instalaciones deportivas en sus horarios de actividad..

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivos generales:

- Favorecer la práctica de actividades físico – deportivas entre los menores del municipio.
- Fomentar hábitos de actividad física y salud en el tiempo de ocio.
- Potenciar la utilización de las redes personales en el municipio.

Objetivos específicos:

- Facilitar el acceso de los menores a las instalaciones deportivas.
- Implicar a los padres para que colaboren en el desarrollo de la propuesta.
- Crear un sistema de utilización de transporte compartido entre los padres.

Objetivos operativos:

- Conocer las necesidades de transporte de los usuarios menores de edad, para acceder a las instalaciones deportivas cercanas al municipio.
- Diseñar un cuadrante de transporte compartido entre los padres de los participantes, para el periodo de realización de actividad deportiva.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivo general:

- Crear redes de colaboración entre personas del municipio.

Objetivo específico:

- Colaborar en el desarrollo del proyecto.
- Establecer vínculos con vecinos del municipio para optimizar los recursos.

Objetivos operativos:

- Cumplir los acuerdos establecidos entre todos los participantes para la utilización del transporte compartido.

Destinatarios

- Usuarios directos: Este proyecto se dirige a personas adultas, preferentemente con medio de transporte propio, que tengan hijos menores que desarrollen actividad físico – deportiva en instalaciones cercanas al municipio.
- Número de participantes: El mínimo será de 2 personas.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Desarrollo de la campaña informativa y captación e implicación de los participantes.
	PASO 2	Establecer un horario de atención al público interesado en el programa para ampliar información sobre el mismo y realizar la inscripción de los participantes
	PASO 3	<p>Diseñar una ficha para el análisis de necesidades de los hijos, que será entregada a los participantes con el objeto de conocer entre otros datos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas que realizan. • Lugar dónde realizan las actividades deportivas y horarios de las mismas. • Posibles puntos de encuentro para compartir el transporte. • Días en los que puede disponer de vehículo para compartir, etc.
	PASO 4	Recogida de información del análisis de necesidades y elaboración de un cuadrante de transporte compartido.
	PASO 5	Reunión con los participantes para concretar el funcionamiento de la actividad y entregar el cuadrante de transporte compartido.

DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 6	<p>Desarrollo de la actividad, que se concreta en:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Viajes para acceder a las instalaciones deportivas en vehículos compartidos siguiendo el cuadrante establecido. • Participación de los niños/as en las actividades deportivas habituales.
	PASO 7	<p>Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo de las jornadas. Evaluación continua de la actividad.</p>

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	ACTIVIDAD
Campaña informativa y de captación de participantes			
Diseño de la ficha de evaluación de necesidades			
Entrega y recogida de la ficha de evaluación de necesidades			
Elaboración del cuadrante de transporte compartido.			
Reunión con los participantes finales y entrega de cuadrantes.			
Respuesta a contingencias y evaluación continua.			

Recursos necesarios

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Para la realización de los carteles y folletos: Ordenador, impresora, fotocopidora, y material de papelería.
Para la realización de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> • Los propios vehículos de los/as participantes finales en el proyecto.

→ Recursos humanos:

Sólo es necesaria la figura de un técnico o monitor deportivo que realice todo el proceso de información, análisis de necesidades, reunión con los participantes y seguimiento de la actividad.

Una vez dicha actividad esté en marcha, se encargará de supervisarla puntualmente.

Cuando la organización del transporte compartido lleve unos cuantos días, serán los participantes quienes de forma autónoma, se organicen ante los posibles imprevistos que puedan surgir.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN	Los propios implicados en el proyecto podrán valorar su grado de satisfacción con el mismo, para obtener datos cuantificables, se les puede pasar una sencilla ficha de evaluación con el fin de conocer su opinión.
IMPACTO	Quando el proyecto lleve en marcha al menos un mes, se puede valorar la repercusión que este tiene en cuanto a asistencia de los chavales a sus actividades deportivas habituales, gracias al esfuerzo que sus padres realizan para organizar los traslados a las instalaciones deportivas, con el resto de padres implicados en el proyecto. Para evaluar el impacto se pueden consultar las fichas de asistencia de cada chaval a las actividades deportivas, antes y después de la puesta en marcha del proyecto.

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Implicación de la población en el desarrollo de la actividad, y establecimiento de redes de colaboración social.
- Aumento de la participación en el desarrollo de actividad físico – deportiva entre los menores del municipio.
- Satisfacción con el programa.

Posibles alternativas al proyecto

Aunque el nombre del proyecto es “Padres conductores”, está claro que cualquier familiar cercano a los chavales que desarrollan actividades físico – deportivas, puede implicarse en el proyecto.

COMPARTE TU TRANSPORTE

Eje fundamental de desarrollo al que se adscribe:

- IV. Facilitar el transporte y la comunicación para la práctica de actividades físico – deportivas.

Justificación del proyecto

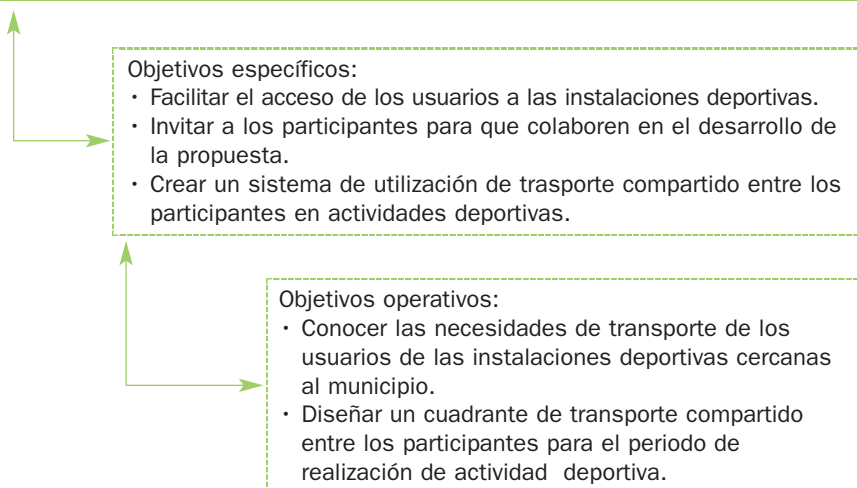
Este proyecto pretende mejorar el acceso a las instalaciones deportivas a través de la optimización y organización compartida del transporte privado.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivos generales:

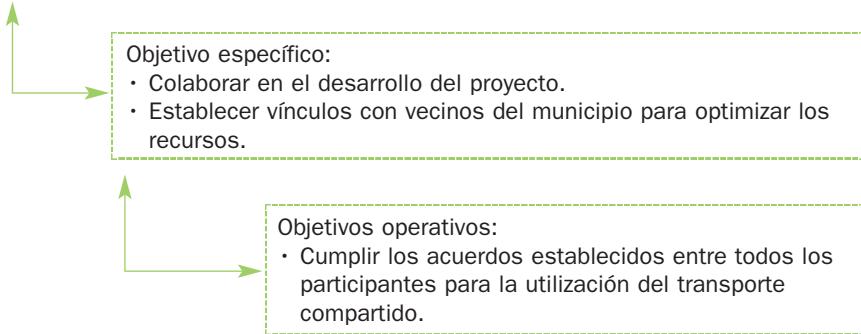
- Favorecer la práctica de actividades físico – deportivas entre la población del municipio.
- Fomentar hábitos de actividad física y salud en el tiempo de ocio.
- Potenciar la utilización de las redes personales en el municipio.



Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivo general:

- Crear redes de colaboración entre personas del municipio.



Destinatarios

- Usuarios directos: Este proyecto se dirige a personas adultas, preferentemente con medio de transporte propio que quieran participar activamente en el desarrollo del proyecto.
- Número de participantes: El mínimo será de 2 personas.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Desarrollo de la campaña informativa y captación e implicación de los participantes.
	PASO 2	Establecer un horario de atención al público interesado en el programa para ampliar información sobre el mismo y realizar la inscripción de los participantes
	PASO 3	<p>Diseñar una ficha para el análisis de necesidades que será entregada a los participantes con el objeto de conocer entre otros datos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas que realizan. • Lugar dónde realizan las actividades deportivas y horarios de las mismas. • Posibles puntos de encuentro para compartir el transporte. • Días en los que puede disponer de vehículo para compartir, etc.
	PASO 4	Recogida de información del análisis de necesidades y elaboración de un cuadrante de transporte compartido.
	PASO 5	Reunión con los participantes para concretar el funcionamiento de la actividad y entregar el cuadrante de transporte compartido.
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 6	<p>Desarrollo de la actividad, que se concreta en:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Viajes para acceder a las instalaciones deportivas en vehículos compartidos siguiendo el cuadrante establecido. • Participación en las actividades deportivas habituales para cada usuario.
	PASO 7	<p>Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo de las jornadas.</p> <p>Evaluación continua de la actividad.</p>

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	ACTIVIDAD
Campaña informativa y de captación de participantes.			
Diseño de la ficha de evaluación de necesidades.			
Entrega y recogida de la ficha de evaluación de necesidades.			
Elaboración del cuadrante de transporte compartido.			
Reunión con los participantes finales y entrega de cuadrantes.			
Respuesta a contingencias y evaluación continua.			

Recursos necesarios

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> Para la realización de los carteles y folletos: Ordenador, impresora, fotocopidora, y material de papelería.
Para la realización de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> Los propios vehículos de los/as participantes finales en el proyecto.

→ Recursos humanos:

Sólo es necesaria la figura de un técnico o monitor deportivo que realice todo el proceso de información, análisis de necesidades, reunión con los participantes y seguimiento de la actividad.

Una vez dicha actividad esté en marcha, se encargará de supervisarla puntualmente.

Cuando la organización del transporte compartido lleve unos cuantos días, serán los participantes quienes de forma autónoma, se organicen ante los posibles imprevistos que puedan surgir.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN	Los propios implicados en el proyecto podrán valorar su grado de satisfacción con el mismo, para obtener datos cuantificables, se les puede pasar una sencilla ficha de evaluación con el fin de conocer su opinión.
IMPACTO	Cuando el proyecto lleve en marcha al menos un mes, se puede valorar la repercusión que este tiene en cuanto a asistencia de los participantes a sus actividades deportivas habituales. Para evaluar el impacto se pueden consultar las fichas de asistencia de los participantes a las actividades deportivas, antes y después de la puesta en marcha del proyecto.

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Implicación de la población en el desarrollo de la actividad, y establecimiento de redes de colaboración social.
- Aumento de la realización de actividad físico – deportiva entre los habitantes del municipio.
- Satisfacción con el programa.

5

**Mantener, rehabilitar
y rentabilizar infraestructuras**

PERSONAL DE MANTENIMIENTO COMPARTIDO

Ejes fundamentales de desarrollo al que se adscribe:

- V. Mantener rehabilitar y rentabilizar infraestructuras.

Justificación del proyecto

Las instalaciones deportivas necesitan un cuidado y mantenimiento adecuados, por lo que es imprescindible la figura de un responsable encargado de garantizar dicho mantenimiento.

En algunas ocasiones encontramos que para desarrollar dicho servicio, la dedicación de la persona responsable no llega a cubrir una jornada laboral completa. Esta disponibilidad horaria permite que la misma persona se encargue del mantenimiento en las instalaciones deportivas de otros municipios cercanos.

Este proyecto surge con el fin de optimizar los recursos disponibles y crear redes de colaboración intermunicipal que favorezcan el bien común.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos generales:

- Garantizar la práctica de actividades físico – deportivas en instalaciones deportivas municipales debidamente cuidadas.
- Propiciar el desarrollo de redes de apoyo intermunicipal.

Objetivos específicos:

- Optimizar la utilización del personal de mantenimiento de las instalaciones entre municipios.
- Fomentar el establecimiento de vínculos entre municipios para la optimización de recursos.
- Implicar a los municipios en la colaboración con otros organismos.

Objetivo operativo:

- Establecer acuerdos de colaboración entre municipios.
- Coordinar las actuaciones de mantenimiento compartido de las instalaciones.

Destinatarios

- Usuarios directos: Este proyecto se dirige prioritariamente a los responsables de actividades físico – deportivas, así como personal de mantenimiento de los municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid, que estén interesados en compartir las tareas de mantenimiento de las instalaciones deportivas con otros municipios.
- Número de municipios participantes: Mínimo dos municipios, a ser posible de zonas geográficas próximas.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	<p>Análisis de necesidades municipales para conocer principalmente los siguientes datos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oferta de actividades físico – deportivas del municipio y recursos que posee (Instalaciones y personal de mantenimiento). • Necesidades de mantenimiento que tienen las instalaciones municipales. • Posibilidades de compartir personal municipal.
	PASO 2	<p>Establecimiento de criterios y toma de decisiones sobre los datos extraídos del análisis de necesidades.</p>
	PASO 3	<p>Convocatoria de reunión entre los municipios implicados en el proyecto para establecer las vías de colaboración intermunicipal.</p>
	PASO 4	<p>Realización de la reunión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toma de decisiones sobre los servicios de mantenimiento a desarrollar. • Establecimiento de acuerdos. • Elaboración de un cuadrante de trabajo del personal de mantenimiento.
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 5	<p>Realización de las tareas de mantenimiento compartido establecidas.</p>
	PASO 6	<p>Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto.</p>



Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	DESARROLLO PROYECTO
Análisis de necesidades municipales			
Convocatoria de reunión intermunicipal.			
Realización de reunión y toma de decisiones.			
Control de contingencias.			

Recursos necesarios

- Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto. En las instalaciones deportivas de los municipios implicados en el proyecto.
- Recursos materiales:

Para la convocatoria de la reunión	• Material de papelería, ordenador e impresora para la realización de la convocatoria, sobres y sellos para los envíos.
Para la ejecución del proyecto	• Material específico para los trabajos de mantenimiento de las instalaciones deportivas.

- Recursos humanos:

El número de técnicos de mantenimiento dependerá del número final de municipios participantes en el proyecto, así como de las necesidades de mantenimiento de instalaciones de cada uno de ellos.

Evaluación del proyecto

SATISFACCIÓN E IMPACTO

Los técnicos y/o monitores deportivos, así como el resto de personal de las instalaciones, e incluso los propios usuarios, podrán valorar el estado de conservación y mantenimiento de dichas instalaciones a lo largo del periodo de funcionamiento del proyecto, ya que las situaciones de mejora deben ser directamente observables. Para tener datos cuantificables, se puede pasar una sencilla ficha de evaluación a los usuarios de actividades, así como a los monitores deportivos con el fin de conocer su opinión.

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Mejora de las instalaciones deportivas de cara al usuario.
- Desarrollo adecuado y a tiempo de las tareas de mantenimiento de las instalaciones.
- Satisfacción con el programa.

Posibles alternativas al proyecto

Este proyecto puede ser aplicable no sólo al personal de mantenimiento, sino a todo aquel personal deportivo que por sus características laborales disponga de tiempo suficiente para compaginar el trabajo en distintos municipios cercanos, por ejemplo: monitores y entrenadores deportivos de distintas disciplinas: natación, aeróbic, gimnasia de mantenimiento, tenis, etc.

MANTENERLO ES COSA DE TODOS

Ejes fundamentales de desarrollo al que se adscribe:

- V. Mantener rehabilitar y rentabilizar infraestructuras.

Justificación del proyecto

Las instalaciones deportivas tienen un tránsito de usuarios elevado, encontrándose en muchas ocasiones expuestas a cambios significativos en su aspecto, dependiendo del cuidado que el usuario haga de las mismas.

Teniendo en cuenta la necesidad de mantener las instalaciones deportivas con unos mínimos que aseguren el adecuado desarrollo de las prácticas deportivas, se hace necesario implicar a todos los agentes de la comunidad deportiva en el cuidado de dichas instalaciones.

Este proyecto pretende mejorar el aspecto que presentan los recursos deportivos del municipio, a partir de la implicación de sus participantes, para un mejor uso y disfrute de las instalaciones.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivo general:

- Propiciar la responsabilidad de las personas ante los recursos deportivos del municipio.



Objetivos específicos:

- Mejorar el aspecto que presentan las instalaciones deportivas del municipio.
- Implicar a los participantes en actividades deportivas en el cuidado y mantenimiento de las instalaciones.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivo general:

- Desarrollar actividades físico – deportivas en instalaciones municipales debidamente acondicionadas y cuidadas



Objetivos específicos:

- Participar activamente en el cuidado y mantenimiento de las instalaciones deportivas municipales

Destinatarios

- Usuarios directos: Este proyecto se dirige prioritariamente a todos los usuarios de instalaciones deportivas de los municipios de menos de 20.000 habitantes.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Análisis del estado de las instalaciones deportivas municipales y definición de las principales acciones a emprender.
	PASO 2	Campaña informativa en los Centros Deportivos del Municipio, para concienciar e implicar a los usuarios de las instalaciones deportivas, e inscribir a los equipos de limpieza.
	PASO 3	Convocatoria de reunión entre los participantes para: <ul style="list-style-type: none"> • Organizar los equipos de limpieza. • Establecer las tareas de cada equipo. • Designar un responsable por equipo.
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 4	Limpieza de las instalaciones según lo establecido en la reunión. Posibilidad de restaurar el material que lo necesite.
	PASO 5	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto.
TRAS LA ACTIVIDAD	PASO 6	Evaluación final de la actividad de limpieza. (Valorar las diferencias entre el antes y el después).
	PASO 7	Realizar una fiesta con los participantes en el proyecto y hacer entrega de gratificaciones simbólicas.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	LIMPIEZA INSTALAC.	15 DÍAS DESPUÉS
Análisis del estado de instalaciones deportivas	■			
Campaña informativa e inscripción de equipos.		■		
Realización de reunión y reparto de tareas.			■	
Control de contingencias.			■	
Evaluación resultados.				■
Fiesta y gratificación simbólica.				■

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

En las distintas instalaciones deportivas del municipio.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Carteles y folletos informativos. • Material de papelería, ordenador, impresora y fotocopidora.
Para la ejecución del proyecto	<p>Para la ejecución del proyecto</p> <ul style="list-style-type: none"> • Material específico para los trabajos de limpieza de las instalaciones.
Para la fiesta final	<ul style="list-style-type: none"> • Equipo de megafonía para música ambiente. • Trofeos, placas conmemorativas, o bonos gratuitos para distintas actividades deportivas como posible gratificación simbólica a los participantes.

→ Recursos humanos:

Según el número de usuarios de instalaciones deportivas que participen en el desarrollo de tareas de limpieza, puede ser suficiente con uno o dos técnicos y/o monitores deportivos para coordinar las tareas.

Evaluación del proyecto

Aspectos a importantes a evaluar con los participantes:

SATISFACCIÓN DE USUARIOS	Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a las tareas desarrolladas y organización de las mismas. En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.
TRANSFERENCIA	Esta evaluación se realizará al menos quince días después de que concluyan las labores de limpieza y su objetivo es conocer en qué medida han cambiado los hábitos de los usuarios de las instalaciones deportivas. Para realizar esta evaluación, contactaremos de nuevo con los participantes a fin de tener con ellos una reunión informal en la que charlar sobre el tema.
IMPACTO	Esta evaluación se realizará como mínimo un mes después de las tareas de limpieza. Pueden realizarla los propios técnicos deportivos, con la ayuda del personal de las instalaciones deportivas, ya que se trata de ver los resultados finales de la campaña de sensibilización y conocer en qué medida se cuidan y respetan los espacios deportivos municipales. En este caso, el impacto que ha tenido la puesta en marcha del proyecto, es directamente observable en las instalaciones deportivas municipales.

Nos sirven como indicadores de evaluación de este proyecto los siguientes:

- Aspecto de las instalaciones deportivas municipales: Comprobar el antes y el después de la aplicación del proyecto.
- Número de participantes finales en la actividad. Comprobar número de inscripciones y grupos de limpieza que colaboraron.

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Implicación de la población en la mejora y mantenimiento de las instalaciones municipales.
- Satisfacción personal de cada participante con la labor realizada.
- Mejora del aspecto de las instalaciones deportivas municipales.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Memoria final de la actividad.

RECICLANDO EL MATERIAL

Ejes fundamentales de desarrollo al que se adscribe:

- V. Mantener rehabilitar y rentabilizar infraestructuras.

Justificación del proyecto

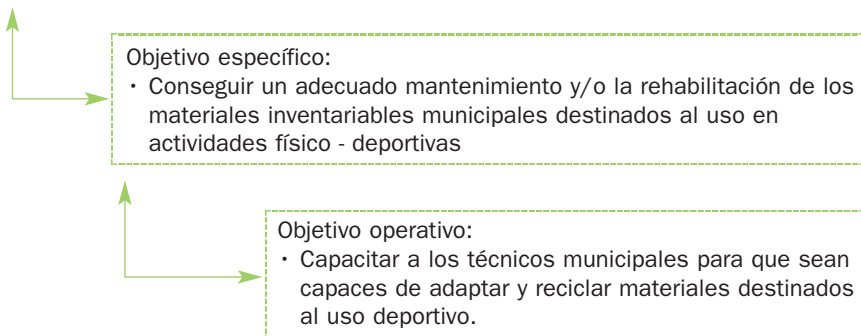
A menudo no disponemos del dinero o los recursos suficientes para dotar de material nuestras actividades. Una simple adaptación de lo que ya tenemos o el reciclaje de materiales deteriorados o de bajo precio nos pueden solucionar el problema.

La misión de este proyecto es conseguir materiales adaptados a las necesidades de las actividades físico – deportivas que se vienen desarrollando o se pretendan iniciar, a un bajo coste, sin que esto interfiera en la calidad de la prestación.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivo general:

- Conseguir la rentabilidad de los materiales inventariables que se utilizan en las actividades físico deportivas.



Destinatarios

- Usuarios directos: Este proyecto se dirige prioritariamente a los responsables, técnicos, y/o monitores de actividades físico – deportivas, así como personal de mantenimiento de los municipios de menos de 20.000 habitantes de la Comunidad de Madrid.
- Número de participantes: Cada municipio estimará el número mínimo de participantes que considere oportuno para la puesta en marcha del proyecto.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	<p>Análisis de necesidades municipales para conocer los siguientes datos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oferta de actividades físico – deportivas del municipio y recursos que posee. • Materiales que necesitan un mantenimiento, rehabilitación, construcción o adquisición. • Necesidades de formación del personal municipal para el desarrollo del proyecto.
	PASO 2	Formación para el personal municipal, si fuera necesario, en base a los datos obtenidos del análisis de necesidades,
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 3	Puesta en práctica de lo aprendido tras la acción formativa si se hubiera realizado, o puesta en marcha de las actividades de rehabilitación o reciclaje de materiales, propiamente dichas.
	PASO 4	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	DESARROLLO PROYECTO
Análisis de necesidades municipales			
Formación del personal municipal.			
Control de contingencias.			

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

La formación se realizaría en instalaciones municipales a definir en cada caso.

El desarrollo del proyecto se llevará a cabo en las instalaciones deportivas municipales.

→ Recursos materiales:

Para la realización de la acción formativa	<ul style="list-style-type: none"> • Materiales necesarios para el aprendizaje de técnicas de rehabilitación y reciclaje, en función de los datos que nos aporte el análisis de necesidades realizados.
Para la ejecución del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Material específico para el reciclaje o rehabilitación de los materiales deportivos que lo necesiten.

→ Recursos humanos:

El número de formadores dependerá del número de participantes en la acción formativa y de los contenidos desarrollados en la misma.

Evaluación del proyecto

<p>SATISFACCIÓN DE USUARIOS</p>	<p>Recogida de datos a través de una sencilla encuesta de evaluación a los participantes en actividades deportivas, así como técnicos y monitores deportivos que utilicen los materiales reciclados y/o instalaciones rehabilitadas para conocer su grado de satisfacción con dichos productos. En este cuestionario podremos instarles a que realicen propuestas de mejora, y aporten ideas sobre nuevos materiales que se puedan generar.</p>
<p>TRANSFERENCIA</p>	<p>Esta evaluación se realizará al menos quince días después de que hayan comenzado las labores de rehabilitación, construcción o reciclaje, una vez terminado el periodo de formación. Se trata de conocer en qué medida los participantes en la acción formativa están aplicando a la práctica los conocimientos aprendidos. Para realizar esta evaluación, contactaremos de nuevo con los participantes a fin de tener con ellos una reunión informal en la que charlar sobre el tema, y conocer los problemas con los que se encuentran a la hora de aplicar los conocimientos.</p>

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

→ Rehabilitación, mejora y reutilización a través del reciclaje de materiales, e instalaciones para su uso en actividades deportivas.



- Satisfacción de los usuarios de las actividades con los “nuevos” materiales.
- Implicación de los usuarios de las instalaciones deportivas en el cuidado y mantenimiento de los materiales.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Diversos materiales utilizables para el desarrollo de actividades físico – deportivas.
- Guías, o sencillos manuales con procedimientos detallados para el reciclaje y reutilización de distintos materiales, así como rehabilitación de instalaciones deportivas.

Posibles alternativas al proyecto

Aunque la idea del mismo es que sean los trabajadores de las instalaciones deportivas, ya sean técnicos, monitores deportivos, o personal de mantenimiento, los que se encarguen de la posible reutilización, reciclaje y rehabilitación de las instalaciones, puede ampliarse para buscar voluntarios entre los usuarios de las instalaciones, o dentro del municipio, que aporten sus conocimientos para conseguir los objetivos finales del proyecto.

6

**Propiciar alternativas
a los hábitos nocivos de ocio**

DEPORTE NOCTURNO

Ejes fundamentales de desarrollo al que se adscribe:

VI. Propiciar alternativas a los hábitos de ocio nocivo.

Justificación del proyecto

No tenemos más que asomarnos a las diversas realidades de la juventud en cualquiera de los municipios de España para darnos cuenta de la poca oferta que existe de ocio nocturno, centrada casi exclusivamente en bares y discotecas.

Por este motivo, desde hace varios años se llevan a cabo programas destinados a dar respuesta a esta necesidad desde las áreas de juventud y deportes de los distintos municipios españoles.

Este proyecto pretende ofrecer un amplio abanico de actividades a desarrollar la noche de los viernes y sábados, durante el periodo

estival, como alternativa a las habituales opciones de ocio juvenil que existe en el ámbito rural.

Objetivos: ¿Para qué se va a actuar?

Objetivos internos al municipio:

Objetivo general:

- Propiciar alternativas a los hábitos de ocio nocivos.

Objetivos específicos:

- Propiciar desde la prevención, un espacio y un tiempo para el encuentro y el intercambio entre los jóvenes del municipio.
- Ofrecer actividades que favorezcan la participación de los jóvenes sin salir de su propio municipio.
- Promover alternativas de ocio fuera de la oferta nocturna habitual.

Objetivo operativo:

- Promover el programa “Deporte Nocturno”.

Objetivos a conseguir en los usuarios:

Objetivo general:

- Desarrollar actividades físico – recreativas en el tiempo de ocio nocturno

Objetivos específicos:

- Disponer de una oferta estable y atractiva de ocio deportivo para las noches de viernes y sábados en periodo estival.
- Divertirse compartiendo momentos de ocio con los demás jóvenes del municipio.
- Conocer alternativas de ocio saludable.

Objetivo operativo:

- Participar en el Programa “Deporte Nocturno”.

Destinatarios

- Usuarios directos: Este proyecto se dirige prioritariamente a todos los jóvenes de entre 14 y 30 años que quieran desarrollar actividades físico – recreativas en horario nocturno durante el periodo estival.
- Número de participantes: Cada municipio estimará el número mínimo de participantes que considere oportuno para la puesta en marcha del proyecto. Lo ideal es que haya un mínimo de entre 20 y 40 participantes.

Metodología: ¿Cómo se va a hacer?

Por las características que presenta dicha actividad, podemos establecer los siguientes criterios a la hora de trabajar el desarrollo metodológico del proyecto:

- Integración: Ya que la actividad promueve la interacción con todo tipo de jóvenes del municipio, y de distintas edades.
- Diversión: Dado el carácter lúdico de la actividad.
- Promover la participación de los jóvenes del municipio.
- Prevención: Al tratarse de un programa que ofrece alternativas a los hábitos de ocio nocturno habituales, y que no permite consumo de bebidas alcohólicas, ni de tabaco en las instalaciones deportivas en las que se desarrolla.

Programa tipo de actividades para cada noche:

22:00 h. Apertura de las instalaciones:

- Apertura de la piscina municipal en caso de existir.
- Actividades acuáticas y juegos dirigidos en la piscina.
- Apertura del polideportivo municipal:

- Talleres de Bailes de salón, taichí, aeróbic, spinning, etc.
- Posibilidad de utilizar instalaciones para la práctica de Badminton, indiaka, ping - pong, etc.

02:00 h. Cierre de las instalaciones.

ANTES DEL INICIO DE LA ACTIVIDAD	PASO 1	Selección del equipo de técnicos y /o monitores deportivos, así como monitores de tiempo libre, para el desarrollo del proyecto.
	PASO 2	Diseño de las actividades a realizar a lo largo de las fechas en las que esté en marcha el proyecto.
	PASO 3	Difusión de la actividad en los medios de comunicación del municipio: radio y TV local, centros municipales, centros deportivos, institutos, etc, así como en los lugares habituales de reunión del colectivo de jóvenes.
	PASO 4	Establecer un horario de atención al público interesado en el programa para ampliar información sobre el mismo y realizar la inscripción de los participantes. (La inscripción también podrá realizarse directamente cuando los participantes asistan a las actividades)
	PASO 5	Establecer el reparto de tareas entre los responsables de la actividad. Conseguir el material necesario para las actividades previstas.
DURANTE LA ACTIVIDAD	PASO 6	Apertura de los Centros deportivos y realización de las actividades previstas.
	PASO 7	Dar respuesta a las posibles contingencias que se puedan plantear en el desarrollo del proyecto.

Cronograma de tiempos y tareas previstas

TAREAS	2 MESES ANTES	MES ANTERIOR	DEPORTE NOCTURNO
Selección de técnicos deportivos y monitores	■		
Diseño de las actividades a realizar		■	
Difusión de la actividad.	■	■	■
Atención al público e inscripciones.		■	■
Acopio de material y reparto de tareas.		■	■
Respuesta a contingencias			■

Recursos necesarios

→ Recursos espaciales: Lugares donde se va a realizar el proyecto.

En las distintas instalaciones deportivas del municipio, piscina, polideportivo, etc. En caso de no existir polideportivo también podemos utilizar las instalaciones del Centro Cultural, o los espacios deportivos de los colegios e institutos.

→ Recursos materiales:

Para la difusión del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Carteles y folletos informativos. • Material de papelería, ordenador, impresora y fotocopidora. • Programa y calendario de actividades.
Para la ejecución del proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Material específico para las actividades físico – recreativas a realizar. • Carnets de usuario del programa “Deporte Nocturno”

→ Recursos humanos:

El número final de técnicos , monitores deportivos, socorristas y monitores de tiempo libre, vendrá determinado por el número de jóvenes inscritos a las actividades, así como el número y tipología de actividades físico – recreativas a realizar.

Evaluación del proyecto

Aspectos a importantes a evaluar de cara a los participantes en las actividades:

SATISFACCIÓN DE USUARIOS

Recogida de datos a través de una encuesta final de evaluación de la actividad en la que se valore la satisfacción de los participantes con respecto a:

- Las actividades realizadas.
- La organización de las mismas.
- Las instalaciones utilizadas.
- Los materiales empleados.
- Los monitores responsables, etc.

En este cuestionario podremos instar a los participantes a que realicen propuestas de mejora para próximas ediciones del proyecto.

TRANSFERENCIA

Esta evaluación se realizará al menos un mes después del final del proyecto y tiene como objetivo prioritario conocer en qué medida han cambiado los hábitos de ocio nocturno entre los jóvenes del municipio, tras su participación en la actividad. Para realizar esta evaluación, contactaremos con los participantes para establecer distintas fechas de reunión con ellos, o bien se puede hacer a través del envío de un cuestionario a su propio domicilio. Advertimos que esta no es la opción más adecuada, puesto que es posible que muy pocos cuestionarios sean devueltos.

IMPACTO

Esta evaluación se realizará tres meses después de la realización del proyecto. Su objetivo es conocer la repercusión que ha tenido el desarrollo de la actividad dentro del municipio: si los jóvenes participan más en actividades deportivas, si disminuye el consumo del alcohol entre los jóvenes del municipio, si han cambiado los hábitos de ocio nocturno, etc.

Para realizar esta evaluación debemos extraer los datos de la inscripción a las actividades deportivas municipales, y de la evaluación de transferencia realizada con los propios participantes. También podemos enviar un cuestionario a los padres de los participantes en el proyecto para conocer su opinión al respecto.

Resultados esperables tras la aplicación del proyecto

- Aumento del interés de los jóvenes por las actividades que se desarrollan en el municipio.
- Motivación por participar en la vida social del mismo.
- Aumentar el campo de actuación en lo que se refiere a alternativas de ocio saludable en el municipio.
- Reclutamiento de posibles colaboradores y/o trabajadores futuros.

Productos esperados tras la aplicación del proyecto

- Diseño de un programa de “Deporte nocturno” en el que los jóvenes puedan disfrutar de su tiempo libre desde un punto de vista saludable y fuera de la oferta habitual del municipio.
- Memoria final de la actividad.
- Establecimiento de espacios periódicos de dicha actividad, una vez concluida la primera edición de la misma.

Posibles alternativas al proyecto

Aunque el proyecto inicialmente está pensado para jóvenes con edades comprendidas entre los 14 y los 30 años, puede hacerse extensible a cualquier otra edad, incluso puede desarrollarse en familia, manteniendo estos horarios o cambiándolos a horas más tempranas.

Por otro lado, el proyecto puede desarrollarse no sólo en vacaciones de verano, sino también en Navidades y Semana Santa, o darle continuidad durante los fines de semana de todo el año.

APLICACIÓN PRÁCTICA DE LOS PROYECTOS PILOTO

Tras la realización de los proyectos piloto expuestos anteriormente, algunos municipios de la Comunidad de Madrid, se lanzaron a ponerlos en práctica con mayor o menor éxito en sus resultados, pero sobre todo con mucha ilusión en su realización.

→ VALDEMANCO

Proyectos realizados:

- Érase una vez el juego.

En el la ejecución del proyecto participaron veinticinco niñas y niños del municipio.

- Caminos con encanto.

Un grupo de mujeres del municipio se unieron con el objetivo de recuperar y recorrer algunos de los caminos existentes en la zona.

Esta iniciativa ha generado un cuadernillo dónde se recogen algunos de los caminos del municipio y los recursos naturales y culturales que podemos encontrar en ellos.

→ TALAMANCA DEL JARAMA

Proyecto realizado:

- Aprovechando el entorno.

Bajo el lema “Conoce tu entorno” se han recuperado algunos espacios del municipio dándolos a conocer a los chavales, mediante la organización de diversas actividades de carácter físico – deportivo, medioambiental y cultural.

Al mismo tiempo han creado un CD-ROM que recoge distintas rutas a para realizar a pié o en bicicleta por las proximidades del municipio con las siguientes temáticas:

- Niños jugando.
- Espacios históricos de Talamanca.
- Espacios naturales.

→ BATRES

Proyecto realizado:

- Érase una vez el Juego:

Durante el desarrollo de sus fiestas patronales, este municipio desarrolló unas jornadas dedicadas al juego tradicional que contó con la participación de más de 250 niños y niñas, jóvenes, adultos y mayores del municipio.

La organización corrió a cargo del servicio deportivo municipal y contó con la colaboración de la asociación de mujeres, la asociación de mayores y diferentes peñas del municipio.

→ MIRAFLORES DE LA SIERRA

Proyecto realizado:

- Caminos con encanto:

Una vez al mes, el servicio deportivo municipal organiza una actividad de senderismo por distintas rutas cercanas al municipio.

La edad de los participantes va desde los 5 a los 80 años, dependiendo del recorrido elegido y el número de participantes nunca es inferior a las quince personas, superando en algunas salidas las setenta personas.

→ ALGETE

Proyectos realizados:

- Aprovechando el entorno:

Orientado a alumnos/as de 1º, 2º y 3º ciclo de primaria, se han realizado circuitos de orientación a pié y en bicicleta, observación de estrellas, senderismo lúdico, deportes alternativos, juegos de pistas, reconocimiento del paisaje y observación de flora, fauna.

- Semana de Juegos Populares:

Orientado a alumnos/as de 2º y 3º de primaria.

Es la segunda edición del programa y trata de difundir entre la población escolar de Algete, la importancia del juego como elemento práctico de aprendizaje, de diversión de socialización, de transmisión cultural y de medio para mejorar la salud.

A fecha de junio de 2003, ya habían participado más de 2.100 niños y niñas del municipio.

Los proyectos se han organizado desde el Patronato deportivo municipal y en él han colaborado los seis centros de enseñanza infantil y primaria de Algete, las asociaciones de madres y padres de los centros.

