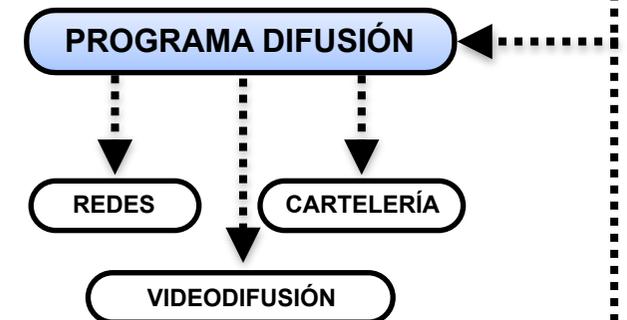
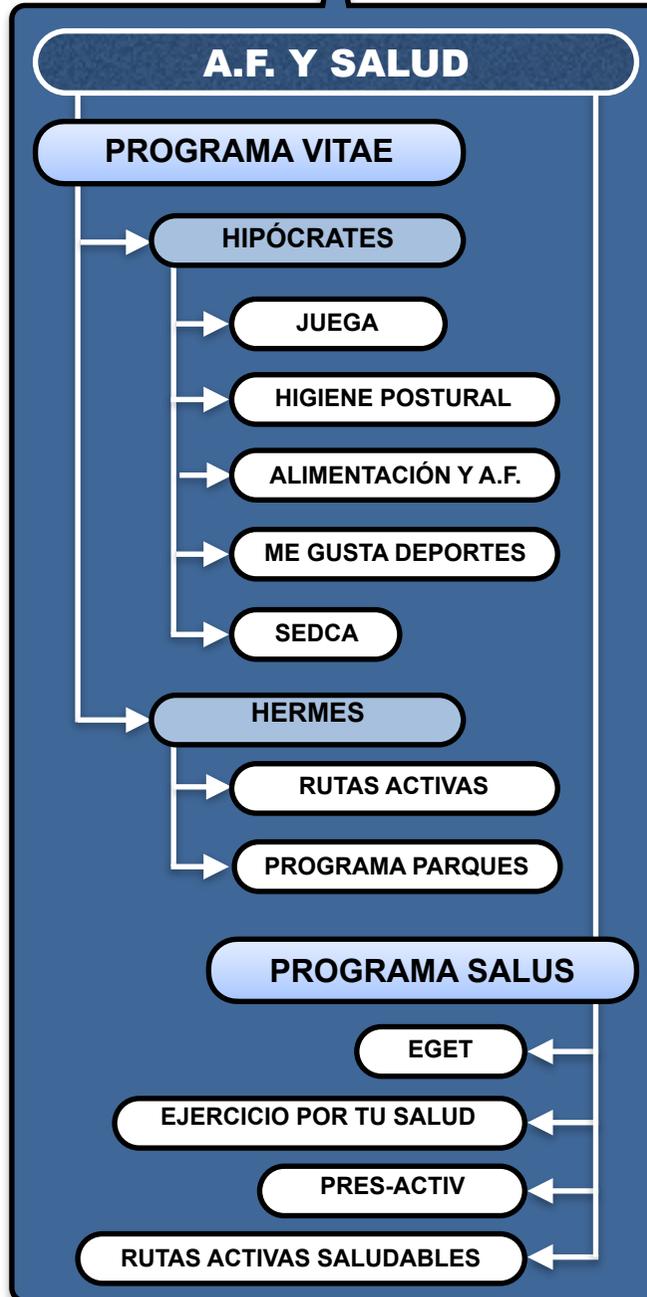
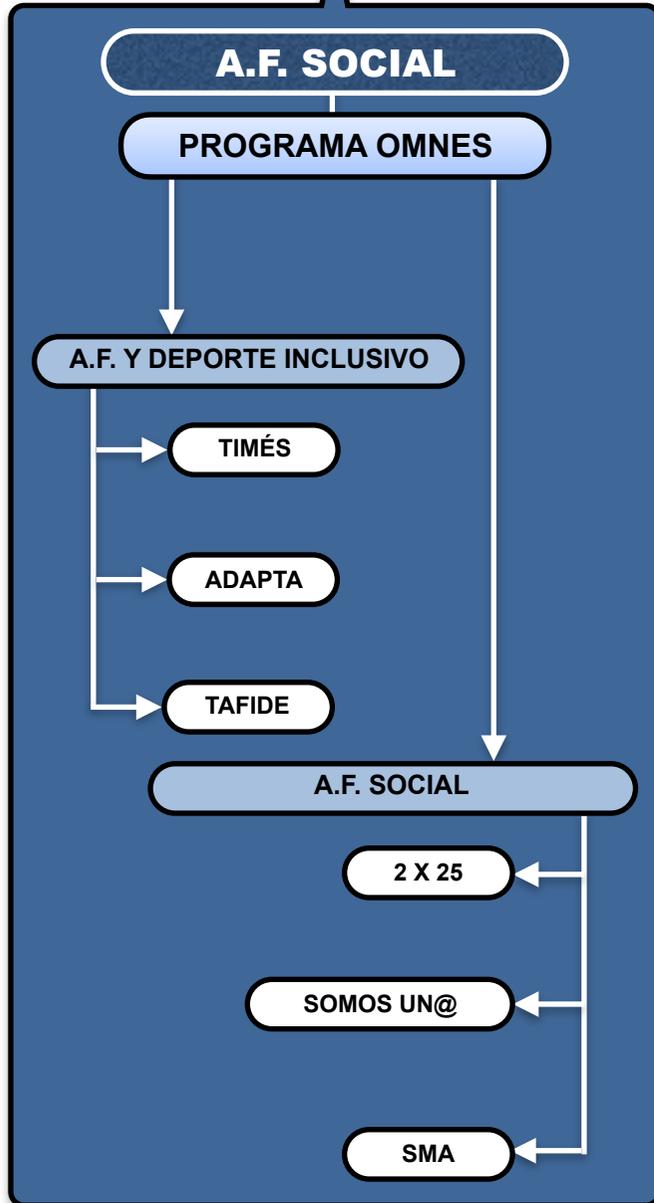


ÍNDICE:

1. ACTIVIDAD FÍSICA SOCIAL
 - a. Omnes
 - b. Somos un@
 - c. Sin mirar atrás
2. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD
 - a. VITAE
 - i. Hipócrates
 - ii. Hermes
 - b. SALUS
 - i. Eget
 - ii. Ejercicio por tu Salud
 - iii. Pres-Activ
 - iv. Rutas Activas Saludables
3. ACTIVIDAD FÍSICA DIRIGIDA
 - a. Escuelas Deportivas Municipales / 2x25
 - b. Ares
 - c. Mayores en Movimiento
4. VOLUNTARIADO DEPORTIVO

UNIDAD DE PROYECTOS - PLAN ESTRATÉGICO DE DEPORTES 2019/2023



INFORME DE MEMORIA PROGRAMA “OMNES”

DESCRIPCIÓN

El programa OMNES, dentro del Plan Estratégico 2015-2019, se diseñó con el propósito de mejorar el deporte para TOD@S en nuestro Municipio.

“En lo referente a la legislación deportiva, la responsabilidad de las administraciones públicas en favorecer la práctica deportiva de las personas con discapacidad está recogida en el TÍTULO I, capítulo tercero, en los artículos 43 y 49 de la Constitución Española”.

Los estudios concluyen que las personas con discapacidad son discriminadas cuando participan en actividades físicas y deportivas. Se identifican obstáculos específicos, como la inaccesibilidad a las instalaciones deportivas, falta de material deportivo adaptado, así como el desconocimiento del entrenamiento, formación escasa o inexistente como ciertas actitudes y conductas negativas de las personas relacionadas con las entidades deportivas o con quien debe enseñar la práctica deportiva.

Con ello debíamos solventar las diferentes barreras para la participación en actividades deportivas estandarizadas en nuestro municipio, implementando proyectos efectivos que promovieran y desarrollaran actividades físicas con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad solventando estas dificultades.

Por todo, este programa empezó a estructurarse mediante tres proyectos significativos e interrelacionados; Proyecto “TAFIDE”, basado fundamentalmente en la práctica pre-deportiva mediante talleres de Actividad Física inclusiva; el Proyecto “TIMÉS” que busca, mediante esas prácticas y nuevas estrategias, promover actitudes positivas a través de la metodología inclusiva, como modelo imprescindible de educación en valores, del Deporte en y para la Diversidad (principalmente en CEIP e IES); y el Proyecto “ADAPTA”, mediante el cual se forma y plantea, las adaptaciones necesarias, para que el cambio en los agentes implicados se produzca.

Con estos proyectos llevados a cabo conjuntamente, el deporte ordinario será para “TOD@S” y el deporte inclusivo la herramienta que, junto al deporte adaptado como método de inclusión, formará en valores que romperán esos obstáculos.

ANÁLISIS

Debemos decir que, en la actualidad, no podemos determinar cuántas personas con discapacidad viven en Parla, ni por tanto cuántas de ellas, practican deporte y actividad física adaptada hoy por hoy, más allá de lo que se podría obtener, a través de federaciones deportivas específicas (número de participantes y licencias disponibles) y, en el mejor de los casos, mediante la puesta en conocimiento de l@s usuari@s de las distintas asociaciones existentes, que están promoviendo la actividad física y deportiva

en nuestro municipio, para las personas con discapacidad. Sabemos cuantitativamente quienes participan en las acciones que desde nuestra Concejalía se programan y que más adelante mostramos.

En un futuro creemos de interés poder ofrecer resultados sobre hábitos deportivos de las personas con discapacidad en nuestro municipio:

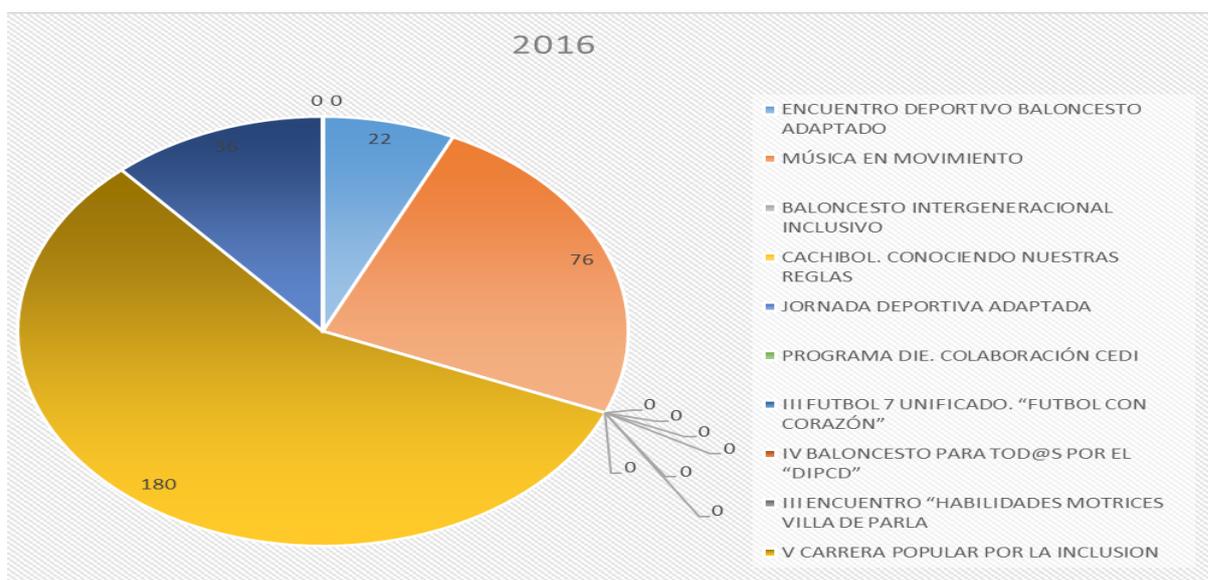
1. Total de alumn@s con discapacidad motórica de los centros preferentes.
2. Total de alumn@s del colegio de C.E.E.P María Montessori.
3. Alumn@s con discapacidad de 3-21 años que estén inscritos en todos y cada uno de los centros de educación primaria y secundaria de nuestro municipio.
4. Personas con discapacidad Intelectual mayores de 21 años que acuden al Centro Ocupacional estando o no empadronados en Parla.
5. Personas en Parla con Discapacidad

Todos estos datos se pretenden ir recogiendo paulatinamente según los recursos disponibles y la legislación actual nos permita.

Sabemos que existe un vínculo entre la discapacidad y un bienestar reducido. Que las personas con discapacidad tienen las tasas de participación más bajas de todos los grupos de personas y edades por lo que hay que dar a conocer todos estos datos y seguir actuando en consecuencia.

DATOS DE PARTICIPACIÓN

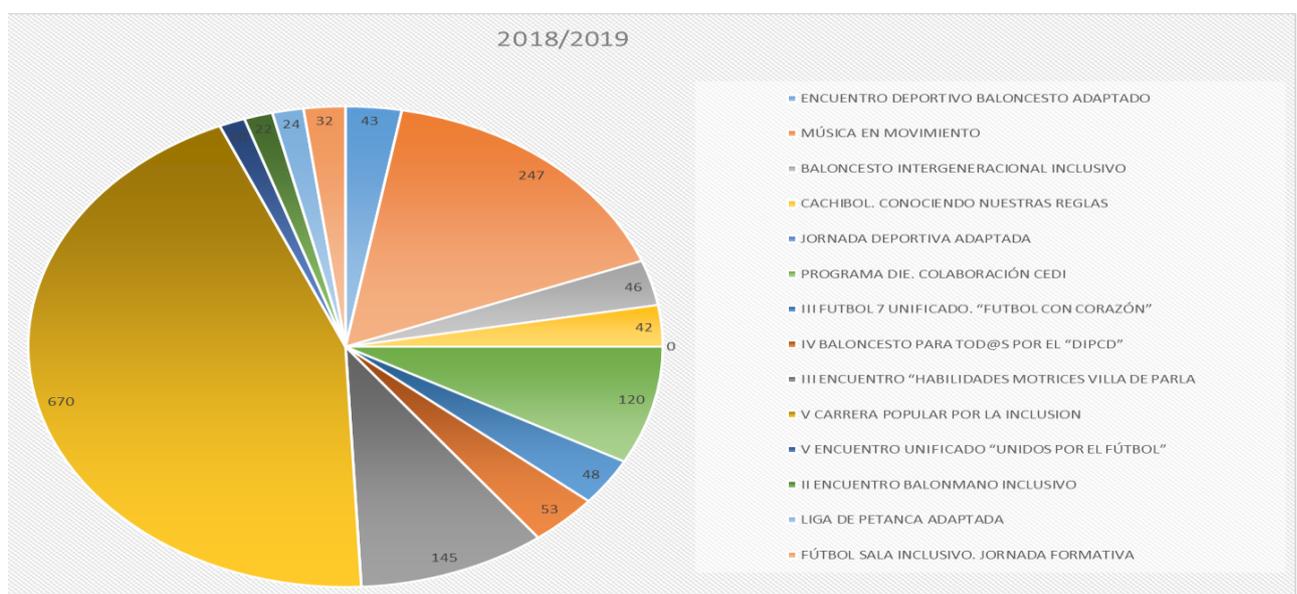
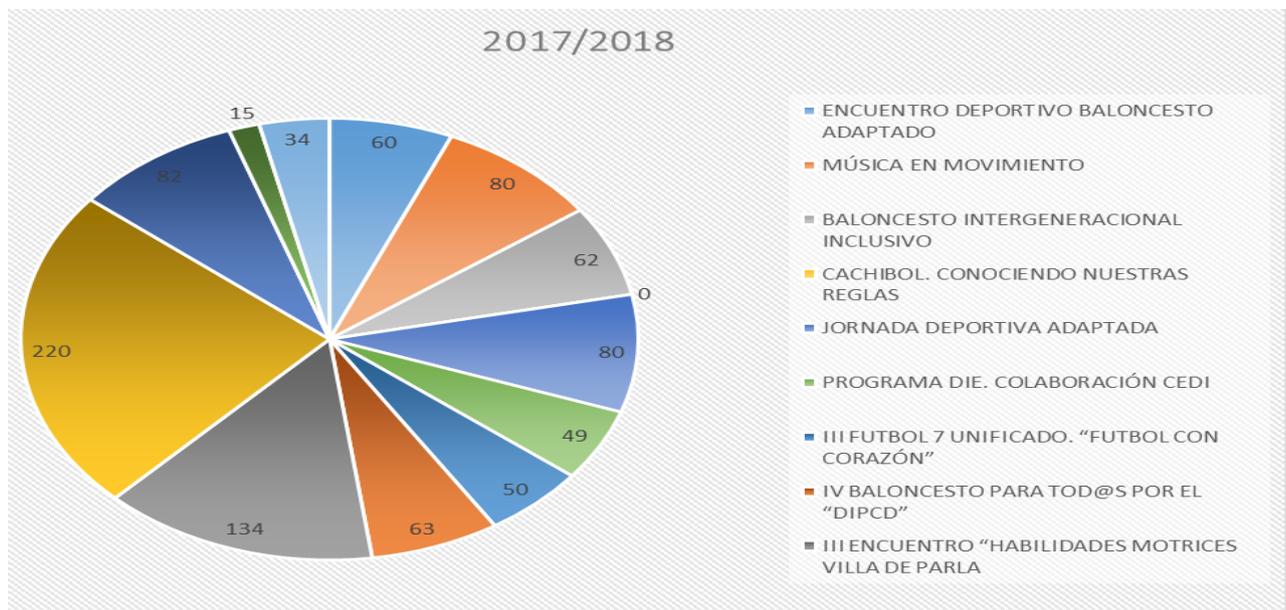
Los datos que ahora sí disponemos, mediante las estrategias y acciones que se han ido llevando a cabo, son de participación en los eventos programáticos planteados desde nuestra área. Las personas, de todas las edades con y sin discapacidad que han participado y participan de estas actividades físico deportivas, lo han hecho en



diversidad, con una metodología inclusiva como medio idóneo para generar conciencia de cooperación en grupo, comprensión de las diferencias y necesidades individuales.

La finalidad de estos programas o eventos de carácter inclusivo no es sólo la de promover la práctica deportiva, en todos los niveles, para personas con discapacidad, sino también la de favorecer la reflexión sobre la discapacidad en todos y cada uno de los participantes.

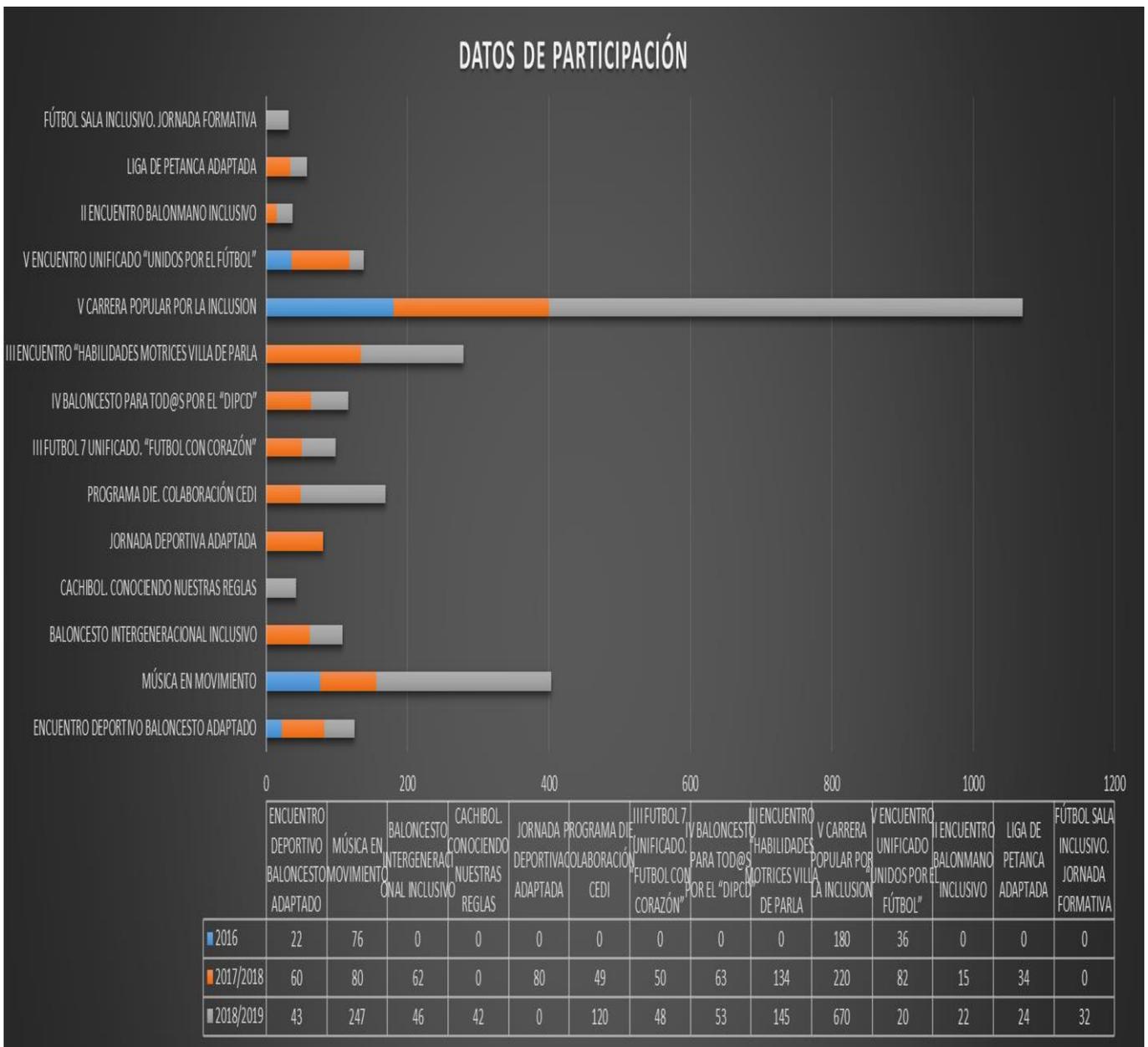
En esta primera gráfica 2016, las actividades, promocionadas desde la Concejalía de Deportes, que surgieron en un primer momento, ya participaban jóvenes y no tan jóvenes con discapacidad de manera significativa pero no suficiente, donde vemos 4 acciones representadas de un total de 10 en estos primeros inicios programáticos y donde, la mayor participación era llevada a cabo por los propios centros “especiales”, con usuarios y alumn@s del C. Ocupacional y C.E.E.P María Montessori.



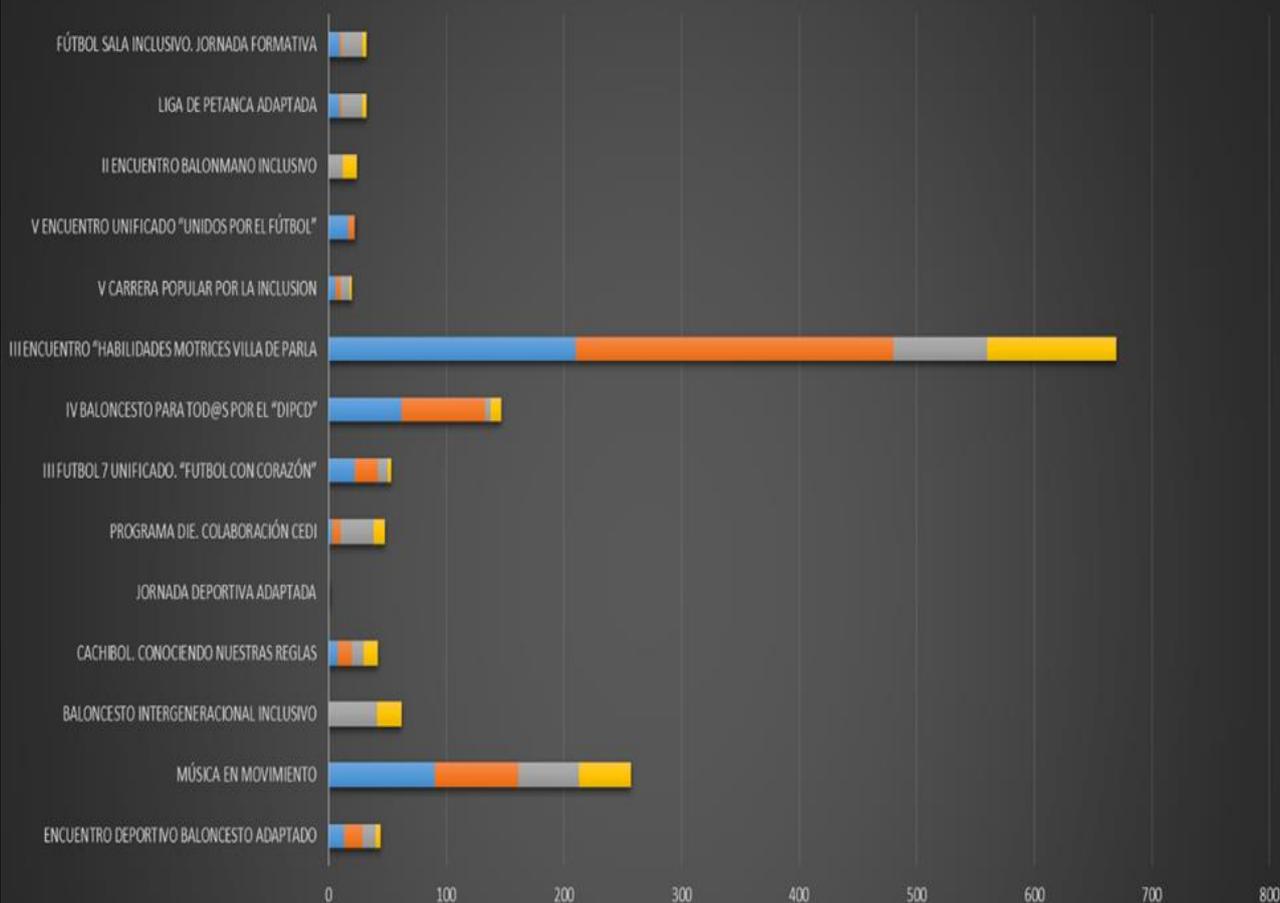
EVOLUCIÓN

Estos Proyectos con sus acciones han seguido promoviendo actividades y eventos que han ido consolidándose durante el período 2017-2019 y que no sólo están sirviendo para ver cuáles son las necesidades, las demandas y motivaciones de la población más activa en Parla, sino que asientan las bases para que canalicemos también, con un fin abierto e integrador, a esa parte de la población menos participativa.

Desde la Concejalía de Deportes, debemos estar presente en todas y cada una de las acciones y eventos establecidos, fomentando acciones donde la participación de centros educativos, clubs y entidades sea más visible, compartiendo lazos de unión entre los mismos, e iniciativas propias que, con nuestra colaboración y acciones coordinativas puntuales, puedan formar parte también de un calendario y un programa anual, así como en la Guía de Recursos.



PARTICIPACIÓN POR EDAD Y SEXO



	ENCUENTRO DEPORTIVO BALONCESTO ADAPTADO	MÚSICA EN MOVIMIENTO	BALONCESTO INTERGENERACIONAL INCLUSIVO	CACHIBOL. CONOCIENDO NUESTRAS REGLAS	JORNADA DEPORTIVA ADAPTADA	PROGRAMA DE. COLABORACIÓN CEDI	III FUTBOL 7 UNIFICADO. "FUTBOL CON CORAZÓN"	IV BALONCESTO PARA TOD@S POR EL "DIPCD"	III ENCUENTRO "HABILIDADES MOTRICES VILLA DE PARLA	V CARRERA POPULAR POR LA INCLUSION	V ENCUENTRO UNIFICADO "UNIDOS POR EL FÚTBOL"	II ENCUENTRO BALONMANO INCLUSIVO	LIGA DE PETANCA ADAPTADA	FÚTBOL SALA INCLUSIVO. JORNADA FORMATIVA
■ JOVENES <21 V	13	90	0	8	0	3	22	62	210	6	17	0	9	9
■ JOVENES <21 M	16	71	0	12	0	7	20	71	270	4	5	0	2	2
■ ADULTOS >21 V	11	52	41	10	0	28	8	5	80	8	0	12	18	18
■ ADULTOS >21 M	4	44	21	12	0	10	3	9	110	2	0	12	3	3

FUTURO DEL PROGRAMA

Los resultados que se tienen que ir produciendo deben ir encaminados a la implicación de las entidades, que se vayan concienciando, preparando y dando paso en sus estructuras a cambios significativos para que puedan hacer accesible, el deporte que ellas promocionan, a todos y todas en su diversidad. El servicio que ofertarán las Escuelas Deportivas, Entidades y Asociaciones, a través de sus actividades estarán dirigidos a toda la población, independientemente de sus características personales,

capacidades y necesidades en sus diferentes edades, con el fin de favorecer la práctica de la actividad física para tod@s en las diversas instalaciones de nuestra localidad.

Es ahora cuando se está dando mayor visibilidad a las mismas desde esta concejalía, y habrá una mayor proyección de resultados, tanto de las actividades programadas en el calendario como de las ofertadas por nuestras entidades. Es a partir de ahora cuando el cambio, para la consecución de los objetivos del programa, se tiene que ir reproduciendo esponencialmente, siendo los proyectos del programa “OMNES” el acicate de los mismos.

CONCLUSIÓN

Remarcamos que la continuidad a estos programas y de las actividades planteadas, tienen que llevarse a cabo por nuestras entidades. Aunque el propio planteamiento inicial, ya tiene un impacto social vinculante, se debe seguir rompiendo barreras y prejuicios entre todos los agentes, haciendo visible la intención de este Ayuntamiento y de nuestra Concejalía en particular, que este Plan integral de “Deporte en y para la Diversidad” afianza este “concepto de inclusión”, sin dejar nadie fuera y con planteamiento continuista, enmarcando las acciones a todos los colectivos de esta localidad sin diferencias, y pasando el Deporte inclusivo, a la denominación única y exclusiva de “Deporte”.



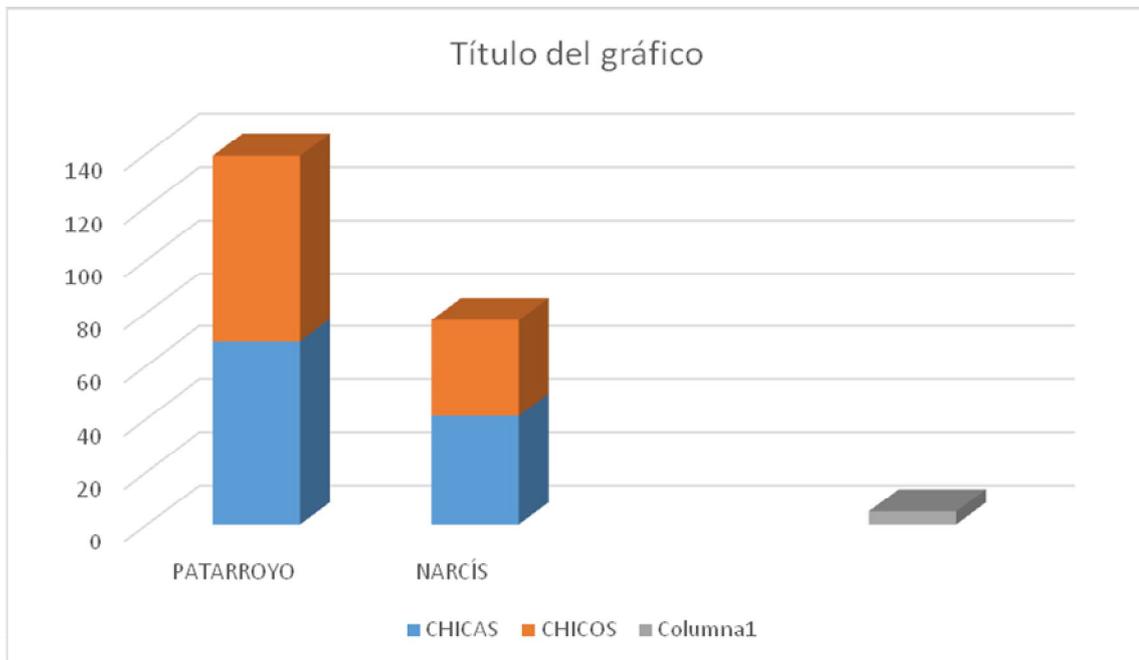
"SOMOS UN@" 2019

DESCRIPCIÓN:

En las dos últimas décadas, la población inmigrante ha aumentado considerablemente, solamente en nuestro municipio el 24% de la población es de origen extranjero, consideramos que esto es una nueva realidad social, que como tal, requiere de una adaptación progresiva para todos, y de esta forma evitar el rechazo indiscriminado hacia dichos colectivos.

Por todo esto creemos que es imprescindible concienciar de manera directa a toda la comunidad educativa, fomentando así desde los colegios e institutos, la igualdad y la fraternidad entre personas de diferentes razas y culturas.

ESTADÍSTICA CUANTITATIVA



EVOLUCIÓN CUALITATIVA Y CONCLUSIONES

- El taller en si consta de dos partes, la primera parte, teórica y participativa donde se les enseña al alumnado a Identificar manifestaciones discriminatorias de origen étnico-racial como foco de desigualdad social, sobre todo en lo que se refiere al lenguaje y a aumentar su nivel de competencia emocional para reconocer las emociones propias y ajenas desencadenadas por experiencias discriminatorias.

La segunda parte del taller se realiza a través de prácticas expresivo-corporales presentadas con cierta carga emocional y relacionadas con las propias experiencias personales de cada persona, esto les sirve como punto de partida para generar reflexión. Además, experimentan las posibilidades del cuerpo a través de la Expresión Corporal, sobre todo en su dimensión expresiva, comunicativa y creativa como medio para mejorar las relaciones entre personas de diferentes razas y culturas.

El taller se seguirá ofreciendo a todos los 4^a de ESO de todos los IES, y seguiremos en la misma línea ya que la evolución cualitativa que se hace in situ, mostró un gran aprovechamiento del taller haciendo que el alumnado descubriera actitudes y comportamientos discriminatorios que hasta ese momento pasaban por alto y normalizaban pensando que no excluían ni discriminaban. Este es nuestro gran reto a la hora de planificar el taller, hacer ver aal alumnado todas aquellas conductas sutiles y poco visibles, pero que molestan a la persona que las recibe, sin llegar a decir nada por miedo la rechazo.



“SIN MIRAR ATRÁS” 2019

DESCRIPCIÓN:

Proyecto para promocionar la actividad física en mujeres que, por su situación social, económica y/o familiar no tienen fácil el acceso a la práctica deportiva.

DATOS DE PARTICIPACIÓN:

Para comenzar el proyecto, nos pusimos en contacto con 47 mujeres pertenecientes al grupo de defensa personal femenina que la policía local impartía para mujeres víctimas de violencia de género, con 10 que provenían del punto de violencia de género de la Concejalía de Igualdad, 3 mujeres de la asociación Valora y 5 del Centro de Salud Las Américas, haciendo un total de 65 mujeres, a las cuales se les avisó e informó una a una de los objetivos del proyecto y se les ofrecía participar en él.

Comenzamos el 1 de febrero con 5 mujeres y al final del primer ciclo (25 de junio 2019), han sido 28 mujeres las que han permanecido haciendo actividad física, de las cuales 16 acudían a las actividades semanales en turno de mañana y 14 a las actividades negociadas con Forus en turno de tarde.

Durante el verano y hasta el comienzo de las actividades negociadas con Forus y el inicio del segundo ciclo de proyecto (septiembre y enero), 16 de las 28 seguirán practicando actividad a través de los 5 bonos para acceder a las instalaciones y servicios del centro deportivo (Forus).

ANÁLISIS CUALITATIVO:

Al final del ciclo del proyecto se les entregó a las participantes una encuesta para que valorasen de manera objetiva el recorrido y contenido de las actividades, que muestro a continuación:

1. ¿En general, ¿cuál es su nivel de satisfacción con el Proyecto “Sin mirar atrás”?
2. Una vez finalizado el Proyecto ¿Con qué afirmación se identifica más?
3. Respecto a la práctica de actividad física ¿qué piensa hacer al acabar el Proyecto?
4. Durante el Proyecto ¿Ha empezado a hacer algo por su cuenta?
- 4.1. En caso afirmativo, ¿qué tipo de actividades?

4.2. ¿Cómo?

5. ¿Qué actividades del Proyecto le han gustado más?
-
-

6. ¿Qué actividades del Proyecto le han gustado menos?
-
-

Malo Excelente

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Me ha hecho cambiar mi visión sobre el deporte.

Ha sido la clave para tomar la decisión de cambiar mis hábitos.

Ha sido divertido y útil pero no creo que continúe haciendo deporte

No me ha resultado de gran utilidad

Otra:

Hacer algo por mi cuenta Apuntarme a clases con monitor/a Un poco de todo

No haré nada No lo tengo decidido Otros

Si No

Con amigos/as/familiares Solo/a Con gente del Proyecto

Otros:

7. ¿Cómo cree que le ha influido el Proyecto en los siguiente aspectos?

8. ¿El Proyecto le ha influido para adquirir otros hábitos saludables?

9. ¿Recomendaría esta iniciativa?

10. ¿Repetiría su participación en el Proyecto?

11. Observaciones:
-

- En la pregunta 1 el 100 % de las participantes valoraron con un 10.
- En la pregunta 2 un 90% de las participantes contestaron, “me ha hecho cambiar mi visión sobre el deporte” y un 10% “Ha sido clave para tomar la decisión de cambiar mis hábitos.
- En la pregunta 3 un 60% respondieron “Un poco de todo”, un 30% “Hacer algo por mi cuenta” y un 10% “apuntarme a clases con monit@r”.

- En la pregunta 4 el 75% respondieron "si" y el 25% respondieron "no" y entre las actividades que habían comenzado a practicar además de las del proyecto eran Aerobic, Zumba, caminar, actividad en casa, Pilates, Atletismo y Rutas activas y el 100% las practican con familiares, amigxs y gente del proyecto.
- En la pregunta 5 el 90% respondieron "todas" y el 10%" Baile".
- En la pregunta 6 el 99% respondieron "Ninguna" y el 1% "Boxeo".
- En la pregunta 7, el 100% respondieron haber mejorado mucho en forma física, estado de salud y estado de ánimo.
- En la pregunta 8 el 100% respondieron "Si".
- En la pregunta 9 el 100% respondieron "Si".
- En la pregunta 10 el 10% respondieron "Si".
- En la pregunta 11 hubo varias respuestas:
 1. "Me ha gustado mucho y quiero Volver"
 2. "Encantada con todxs lxs profesionales que han participado y en especial con Ángela que ha cambiado mi vida"
 3. "Me ha encantado, me ha hecho ver realmente lo importante que es el deporte, he aprendido algunos que no había practicado, espero seguir para el próximo curso, estoy encantada con este proyecto.
 4. "Quiero volver"
 5. "ya no puedo vivir sin deporte"
 6. "El deporte ya forma parte de mi vida"
 7. "Gracias, gracias"
 8. "Gracias"
 9. "El deporte y yo inseparables"
 10. "Quiero más"
 11. "Encantada"

EVOLUCIÓN:

Con este proyecto queríamos promocionar el deporte practicado por mujeres, siendo conscientes de que la práctica deportiva en hombres aún está muy por encima del número de mujeres y si además tenemos en cuenta que estas mujeres viven en estado de vulnerabilidad, el conocimiento y la práctica deportiva es nula. Este era nuestro inicio pensar en todas aquellas mujeres que nunca han podido practicar

actividad física y que por ello no han probado sus beneficios, con este proyecto hemos ido inculcándoles el amor por el deporte y los hábitos saludables y aunque los inicios fueron duros, hemos conseguido evolucionar en positivo no solo por que mas del 50% de mujeres que conocieron el proyecto acabaran practicando actividad y cambiaran sus hábitos de vida, también por que la participación y la involucración de entidades , clubes y personas allegadas a la concejalía, han ido colaborando a lo largo del ciclo para que la esencia de este proyecto fuese posible(hacer que mujeres sedentarias practicaran varios deportes y actividades con el fin de una futura adhesión). Para nosotras es importante promocionar la práctica deportiva en aquellos núcleos de población donde no se practica, o sea en personas sedentarias e inactivas (por las causas que sean) y ese era el caso de este grupo de mujeres.

FUTURO DEL PROGRAMA Y CONCLUSIÓN:

Nuestra pretensión es que este proyecto sea cíclico y se mantenga en el tiempo, intentando llegar cada vez a más número de mujeres a través de la difusión. En el segundo ciclo la difusión será más extensiva ya que a través de todos estos meses que ha durado este primer ciclo nos hemos dado más cuenta, si cabe, de la importancia de que estas mujeres tengan un espacio saludable y de reivindicación de su empoderamiento a través de los valores y beneficios que aporta la práctica deportiva.

INFORME DE MEMORIA PROYECTO HIPÓCRATES

DESCRIPCIÓN

El programa HIPÓCRATES, dentro del Plan Estratégico 2015-2019, se diseñó con el propósito de fomentar la práctica de actividad física y deporte a través de la educación de hábitos de vida saludable, mediante la incorporación de conductas sanas de alimentación y actividad física a una edad temprana, y es por ello que nos dirigimos a los CEIP de nuestro municipio, ofreciendo herramientas para desarrollar una rutina adecuada de actividad física, una buena higiene postural y una alimentación saludable.

El proyecto Hipócrates consta de tres tipos de talleres que pueden ser complementarios e independientes entre sí.

1. Taller de Alimentación y Actividad Física, impartido por Fundación Mapfre, cuyos contenidos principales son: Valorar el impacto de una nutrición adecuada, diferenciar las características de una dieta saludable, consecuencias del sedentarismo para la salud, importancia de la práctica diaria de actividad física, de cómo hacerla correctamente y de forma segura y por último la relación entre falta de ejercicio y salud.
2. Taller de Higiene Postural, impartido por técnicas de la Concejalía de Deportes cuyos contenidos principales son: Valorar el correcto desarrollo de la espalda y la prevención de los problemas de la columna vertebral, de forma adaptada a la edad de l@s asistentes y realización de un taller de estiramientos.
3. Taller Juega, impartido por técnicas de la Concejalía de Deportes dirigido a l@s monitr@s de comedor de los CEIP, con el fin de aportarles herramientas básicas para dinamizar el juego en la hora del patio del comedor, fomentando la práctica de la actividad física entre l@s escolares de Educación infantil y primaria para prevenir el sedentarismo y la obesidad infantil.

Comentario [mpn1]:

Los estudios concluyen que estamos ante una sociedad con muchos problemas de sobrepeso, obesidad infantil y problemas de espalda en la que cada vez más nuestr@s jóvenes hacen menos deporte y actividad física, por eso queremos incidir desde edades tempranas en la adquisición de buenos hábitos saludables.

Este proyecto está dirigido a tod@s l@s escolares de los Centros Educativos de Parla, de 3 a 12 años de edad, integrados en la educación infantil y primaria. Se les proponen talleres de actividad física mediante el juego, la alimentación y la higiene postural.

ANÁLISIS

Debemos decir que, cada curso escolar desde que se empezó con este proyecto en 2016-2017 cada vez se han ido añadiendo más centros educativos y algunos han repetido curso tras curso. Esto demuestra que los Centros Educativos cada vez se involucran más en la importancia de la educación sobre hábitos saludables sobre la actividad física y el deporte.

En la siguiente gráfica se detallan los centros educativos que han participado desde el 2016 hasta la actualidad, apareciendo en verde los centros educativos que no han participado en ningún taller de dicho proyecto.

PROYECTO HIPÓCRATES				
CEIP	TALLER ACTIVIDAD FÍSICA Y ALIMENTACIÓN	OLIMPIADA SALUD	TALLER HIGIENE POSTURAL	TALLER JUEGA
1. JOSÉ HIERRO	2017 y 2019	2018	2018	2017
2. MAGERIT				2017
3. VIRGEN DEL CARMEN				2017 JUEGA I 2018 JUEGA II
4. ROSA MONTERO	2017			2017
5. BLAS DE LEZO	2017		2018	2017
6. JULIÁN BESTEIRO	2017	2018	2019	2017
7. PABLO PICASSO	2017 2018 2019			2017
8. GERARDO DIEGO	2017	2017	2018	2017
9. MARIA MOLINER	2019			2017
10. MIGUEL HERNÁNDEZ	2017	2018		2017
11. CC.TORRENTE BALLESTER	2018			2017
12. GINER DE LOS RÍOS	2017		2018	2018
13. LA PALOMA	2017 y 2019	2017		2018
14. TERESA DE CALCUTA	2017			2018
15. ANTONIO MACHADO	2018			
16. CIUDAD DE MERIDA	2018			
17. CIUDAD DE PARLA	2017 y 2018			
18. CLARA CAMPOAMOR				
19. LOS LAGOS	2017			
20. LUIS VIVES	2017 y 2019			2019
21. MIGUEL DELIBES				
22. ROSA LUXEMBURGO	2017 2019		2019	
23. SENECA	2017			
24. CEE MONTESSORI	2017		2017	2017
25. CC ÁGUILA	2017	2017		
26. CC JUANPABLO II				

Con los resultados obtenidos, damos a demostrar la gran implicación de los CEIP del municipio, tan solo 2 Centros Educativos no han participado en alguno de nuestros talleres del Proyecto Hipócrates.

En la temporada 2018-2019 han participado un total de 12 Centros Educativos, con un total de 3.633 escolares de los cuales 1.758 son niñas y 1.877 son niños. En la siguiente tabla se detalla el curso, el número de centros, los talleres y el total de alumnado.

PROYECTO HIPOCRATES	CURSO	Nº CENTROS	Nº TALLERES	Nº ALUMN@S
PROYECTO HIPÓCRATES/MAPHRE	1º a 6º primaria	Blas de Lezo Clara Campoamor Gerardo Diego José Hierro La Paloma Luis Vives María Moliner Pablo Picasso Rosa Luxemburgo Séneca	126	3.070 (1470as y 1600 os)
PROYECTO HIGIENE POSTURAL	3 y 4º de primaria	Gerrardo Diego Giner de los Ríos Blas de Lezo José Hierro Rosa Luxemburgo Julián Besteiro	22	563 (288 as y 277os)
PROYECTO JUEGA	Monitor@s de comedor	Giner de los Ríos La Paloma Teresa de Calcuta Luis Vives Virgen del Carmen	5	46 (2 os y 44 as)
				TOTALES 3679 (1760 as y 1921 os)
				TOTALES ADULT@S 46(44as y 2 os)

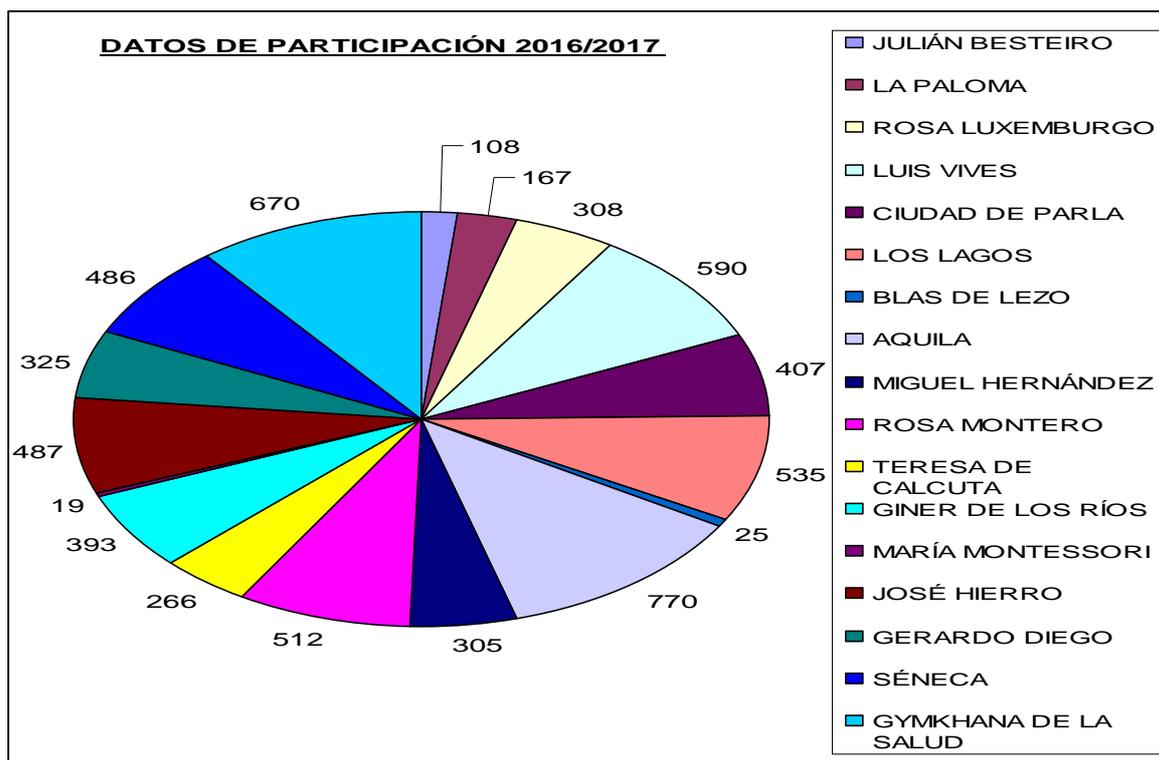
Sabemos cuantitativamente quienes participan en el Proyecto Hipócrates que desde nuestra Concejalía se programan desde el 2016-2017 y que más adelante mostramos.

Todos estos datos se pretenden ir recogiendo paulatinamente para insistir sobre la importancia de la realización de actividad física para llegar a una edad adulta sin problemas de sobrepeso por llevar una mala alimentación y problemas osteoarticulares por llevar una mala higiene postural y falta de actividad física.

DATOS DE PARTICIPACIÓN

Los datos que ahora disponemos, mediante los talleres que se han ido llevando a cabo, son de participación en el proyecto a través de la entrega de encuestas y su posterior evaluación. Se trata de generar conciencia de que a través de la práctica deportiva se reducen muchas lesiones y que debemos cuidar nuestro cuerpo a través de unos hábitos saludables. En un principio el proyecto Hipócrates comenzó con un único taller, el de alimentación saludable y actividad física que realiza Fundación Mapfre y posteriormente se añadieron los talleres de Juega e Higiene Postural, que realizan técnicas de la Concejalía.

La finalidad de estos proyectos es concienciar al alumnado de nuestros centros educativos la importancia de la realización de la actividad física en horario extraescolar ya que 2 horas semanales de Educación Física en la escuela no son suficientes dando las herramientas necesarias a través de los talleres de cómo llevar una buena alimentación, de cómo cuidar nuestra espalda y de la realización de juegos a través del recreo de comedor.



Con respecto a los datos de esta primera gráfica 2016-2017, el éxito de participación que fue brutal, al ser la primera vez que se hacía algo así en el municipio una gran mayoría de Centros Educativos participó (6.373 escolares). Durante los siguientes cursos: 2017-2018 (1.166 escolares) y 2018-2019 (3.070 escolares) se han ido añadiendo nuevos centros al ampliar la demanda de talleres como el de Higiene Postural y Juega. Por lo tanto se debe seguir fomentando la práctica de actividad física a través de los hábitos saludables. En cuanto al sexo al ser talleres dirigidos en el colegio la participación de niños y niñas es aproximadamente igual; en algunas clases hay más niñas que niños y en otras al revés.

EVOLUCIÓN

Este Proyecto con sus talleres han seguido promoviendo la práctica de actividad física y se han ido consolidando durante el período 2017-2019, dando a conocer entre otras cosas toda la oferta deportiva que hay en el municipio a través de la entrega del folleto de EEDMMM.

Como hemos dicho anteriormente comenzamos con un único taller; el de alimentación saludable y actividad física y ahora son tres talleres; el de juega y el de higiene postural. A continuación se muestran las fases de dicho proyecto:

Fases:

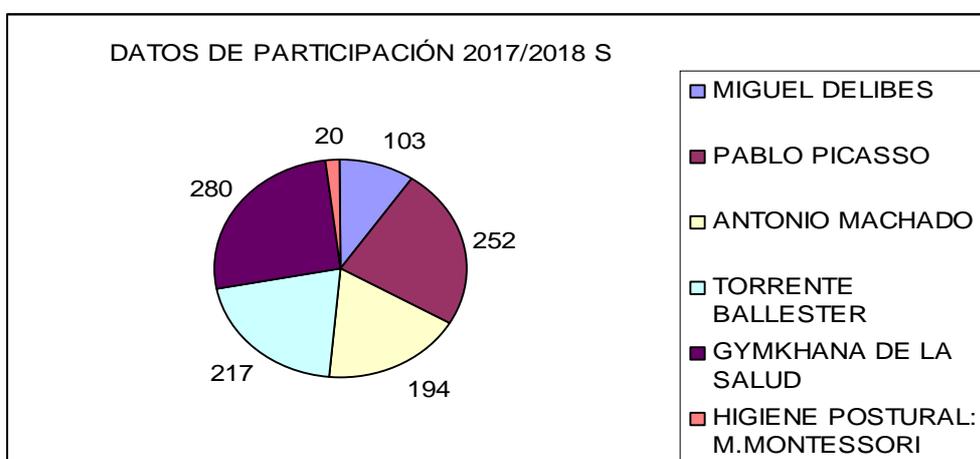
- 1.** A principio de cada curso escolar la Concejalía de Educación convoca una reunión donde el departamento de Deportes del Ayuntamiento de Parla expone sus proyectos de actividad física y deportiva a los directores de los CEIP e IES.
- 2.** En la Mesa de Salud Escolar que convoca Concejalía de Sanidad, se elabora un cuadernillo con todos los proyectos de salud para primaria y secundaria. Este cuadernillo se entrega a todos los CEIP e IES de Parla.
- 3.** Cada CEIP interesado en el Proyecto Hipócrates, rellena una ficha que deberá enviar al correo de la Concejalía de Deportes (deportesarea3@ayuntamientoparla.es) y ésta se pondrá en contacto con el CEIP vía email.
- 4.** Se elabora un listado con los CEIP interesados.
- 5.** Dentro del Proyecto Hipócrates: se ofrecen talleres sobre actividad física y alimentación que los lleva a cabo Fundación Maphre; talleres de higiene postural a cargo de personal técnico de la Concejalía de Deportes;

Olimpiada de la Salud por fundación Maphre y talleres de juegos a cargo de personal técnico de la Concejalía de Deportes.

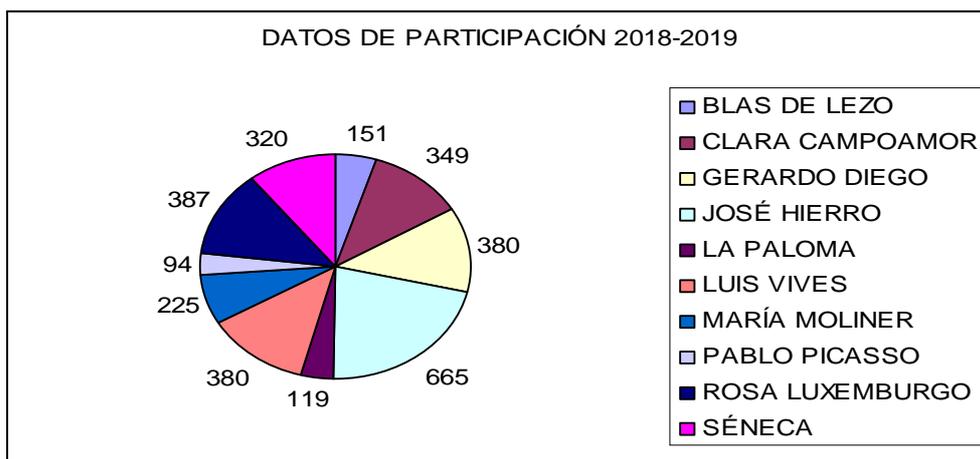
6. Tras la finalización de los talleres se entrega a l@s escolares un folleto de las Escuelas Deportivas en Parla, fomentando la práctica de la actividad física y deportiva. Y un folleto sobre hábitos saludables.
7. Entrega de cuestionario a l@s profesor@s valorando el taller.
8. Elaboración de memoria evaluación

Desde la Concejalía de Deportes, seguimos siendo promotor@s de la actividad física en la población escolar.

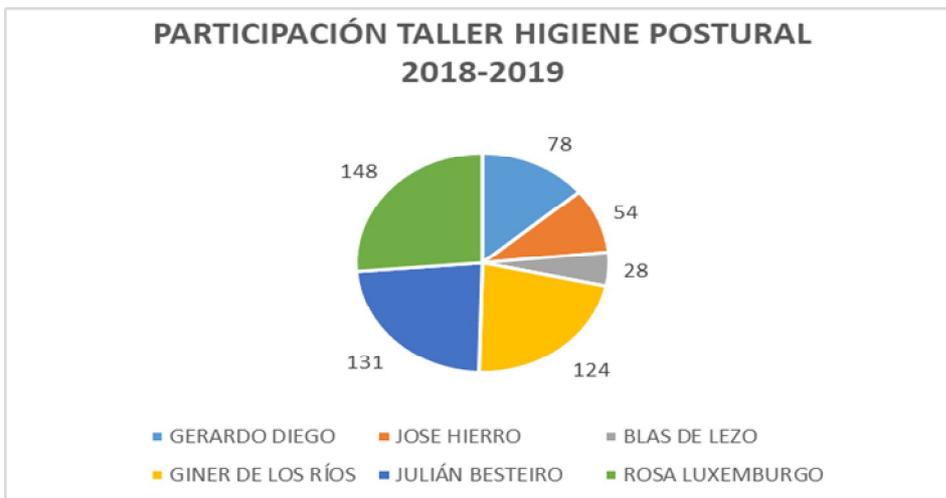
GRÁFICA DE DATOS DE PARTICIPACIÓN MAPFRE 2017-2018



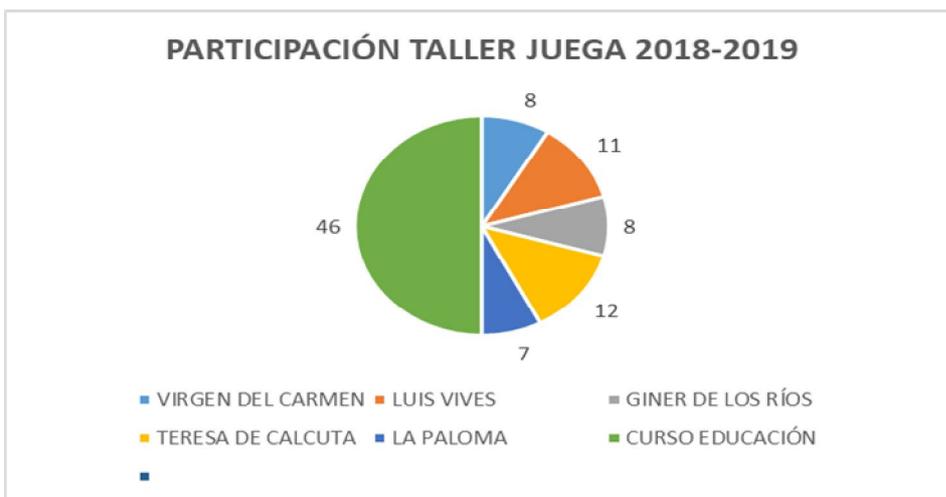
GRÁFICA DE DATOS DE PARTICIPACIÓN MAPFRE 2018-2019



GRÁFICA DE DATOS DE PARTICIPACIÓN HIGIENE POSTURAL 2018-2019



GRÁFICA DE DATOS DE PARTICIPACIÓN TALLER JUEGA 2018-2019



FUTURO DEL PROGRAMA

La misión y el futuro de este proyecto será por tanto, la de promocionar la práctica de la Actividad Física y el Deporte desde los máximos parámetros de calidad y seguridad en l@s escolares de Parla, a través de una buena alimentación e higiene postural desde edad temprana para evitar problemas de espalda, sobrepeso y obesidad en la edad adulta y así tener un crecimiento sano y equilibrado.

Como propuesta de futuro queremos seguir trabajando por y para el fomento de la actividad física, llegando a todos los centros educativos de nuestra ciudad y haciendo sostenible este proyecto.

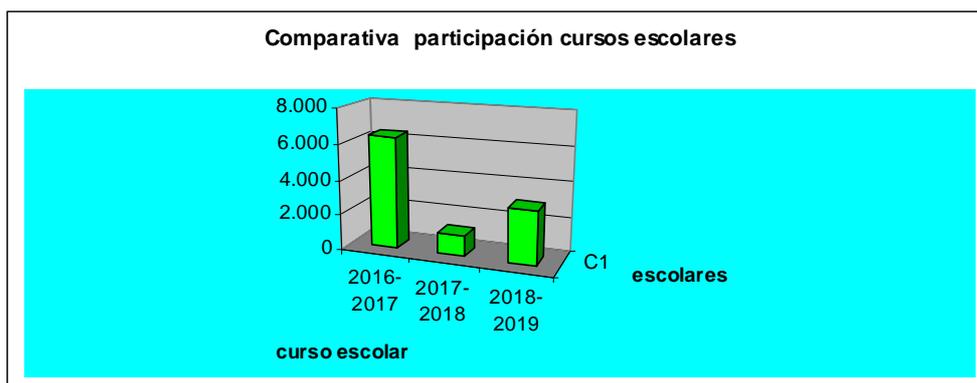
Además con el taller de Higiene Postural queremos llegar a la tercera edad a través de charlas y acciones puntuales con l@s mayores de Parla.

Y con el taller Juega queremos incluir nuevos juegos a través del Juega II con juegos que fomentan la inclusión y la igualdad.

CONCLUSIÓN

Remarcamos la continuidad a este proyecto al estar íntimamente relacionado con los Centros Educativos tanto públicos como concertados. **Del total de 16.844 escolares entre 3 y 12 años de edad, censados en 2019, hemos llegado a unos 11.000 escolares mediante este proyecto, con lo que creemos interesante su continuidad.**

PROYECTO HIPÓCRATES	MAPFRE	HIGIENE POSTURAL	TALLER JUEGA
2016/2017	6.373 (3158 as y 3200 os)		120 (116as y 4os)
2017/2018	1.166 (548 as y 618os)	20 (9 as y 11 os)	46 (44as y 2 os)
2018/2019	3.070 (1562 as y 1508 os)	563(288as y 277os)	114 (110 as y 4os)
Total Talleres	10.609 (5.268as y 5.318os)	583(297as y 288os)	280(270as y 10os)
Total Proyecto : 11.472 (5.845 as y 5.616 os)			



INFORME DE MEMORIA PROYECTO HERMES

El proyecto HERMES, dentro del Plan Estratégico 2015-2019, incluido en el Programa Vitae dentro de Actividad Física y Salud, se diseñó con el propósito de fomentar la práctica deportiva y la vida saludable para toda la población de Parla, a través de las caminatas. Hermes propone 5 rutas urbanas circulares; 4 de ellas comienzan y finalizan en el Parque del Universo, con un color determinado, dependiendo de la distancia del recorrido (amarilla: 5 km, naranja: 6,5 km, roja: 12 km y verde: 14,5km). Y la 5ª ruta (morada: 4,2Km, empieza y acaba en el Parque de Los Olivos (frente al Dulce Chacón). Estas distancias se acortarán para grupos o personas con menor capacidad inicial para completarlas.

Cada ruta está debidamente señalizada para que puedan ser realizadas de manera fácil y clara, por balizas, baldosas y en tres de ellas se pueden encontrar también pisadas. Cada una de ellas es de un color, diferenciando así, recorrido y distancia.

Este proyecto está dirigido a toda la población de Parla. Por un lado a los escolares donde el Centro Educativo solicita a la Concejalía de Deportes la ruta a realizar y por otro lado a la población adulta donde es la Concejalía quien establece un calendario de rutas. El proyecto Hermes empezó en el curso 2017-2018.

Los estudios concluyen que estamos ante una sociedad con muchos problemas de sobrepeso y obesidad debido a la falta de actividad física y al sedentarismo y es por ello que desde la Concejalía de Deportes apostamos por proyectos como este.

ANÁLISIS

Debemos decir que, desde que empezamos a poner en marcha este proyecto en el verano 2016, nos costó un año hasta que las rutas estuvieron balizadas y no fue hasta el curso escolar 2017-2018 en el que pudimos ofrecer un recurso más de actividad física a los CEIP, IES de Parla y a la ciudadanía en general. Se estableció un calendario de rutas invitando a los CEIP e IES a la inauguración de las Rutas Naranja y Roja; en la Ruta Naranja (6,5Km) participaron los CEIP y en la Ruta Roja (12Km) participaron los IES y a la población en general para la inauguraron de la Ruta Amarilla (5Km) y Ruta Verde (14,5Km) con la presencia del Alcalde y para Ruta Morada (4Km) contamos con la presencia de la Concejalía de la Igualdad, al ser una ruta que conmemora la Igualdad.

En la siguiente gráfica se detallan los centros educativos y participantes que han realizado alguna de nuestras rutas desde el 2017 hasta la actualidad.

PROYECTO HERMES					
RUTA MORADA	RUTA AMARILLA	RUTA NARANJA	RUTA ROJA	RUTA VERDE	TOTAL
2018 10 Marzo Día de la Igualdad : Población en general Total:165 (154 as y 11os)	2017 Octubre : Mayores en movimiento y mayores en general Total: 302 (162as y 140os)	2018 Febrero CEIP Pablo Picasso, rosa Montero, Aquila y Séneca Total: 440 (230as y 210os)	2018 Mayo: IES Nicolás Copérnico y Aquila Total: 150 (83as y 67 Oos)	2018 Junio: Club senderismo Mayores y Población en general. Total: 72 (32as y 40 os)	TOTAL PARTICIPANTES 2018 Total: 1129 (661as y 468 os)
2019 9 Marzo Día de la Igualdad : población en general 97 (85 as y 12 os) 2019 26 de Marzo: CEE María Montessori 41 (19 as y 22os) Total:138 (104as y 34os)	2018 Nov Caminando por un Reto 1225 (612as y 613 os) 2019 Junio: CEIP Rosa Luxemburgo 27 (15as y 12os) 2019 Junio IES Humanejos y Mayores en Movimiento (400 escolares y 120 mayores; 260as y 260os) Total: 1772 (887as y 885 os)	2019 Abril : Valora Total: 35 (14 as y 21 os)	2019 Abril: Club Senderismo Mayores y Población en general 60 2019 Junio: CEIP Giner de los Ríos 5 y 6º Primaria 150(75 as y 75 os) Total: 210 (111as y 99 os)	2019 Mayo: Club Senderismo Mayores y Población en general Total: 32(18 as y 14 os)	TOTAL PARTICIPANTES 2019 Total: 2187 (1134 as y 1053os)
Total: 3316 (1795 as y 1521 os)					

Con los resultados obtenidos, damos a demostrar como sigue aumentando la participación.

En la temporada 2018-2019 hemos realizado varias acciones:

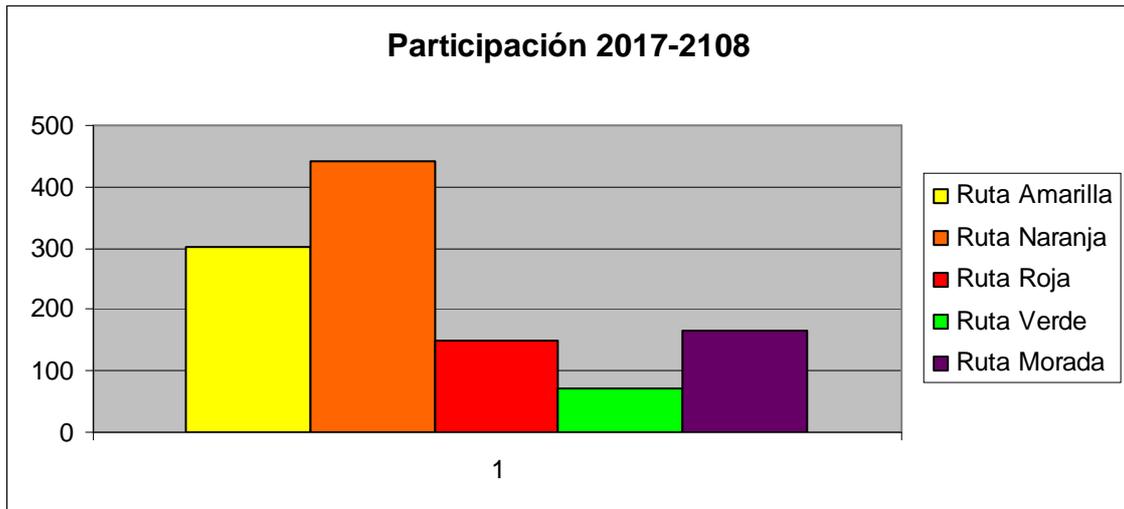
1. Nos hemos adcristo al proyecto **Caminando por un Reto**, proyecto que surge en Benalmádena (Málaga), dirigido a l@s escolares de Parla que consiste en recorrer 5Km en el Día Mundial de la Obesidad (12 noviembre) y cuyo objetivo es que con los kms hechos por todos los municipios inscritos se llegue a la Luna.
2. Hemos desarrollado un proyecto piloto sobre la **Flora y la Fauna de nuestros parques** y de cómo debemos cuidar nuestros árboles, el medio ambiente,... dirigido a los Centros Educativos de Primaria que mientras realizan la Ruta se les va explicando el cuidado del medio ambiente. En la siguiente tabla se detallan los Centros Escolares participantes en estas dos nuevas acciones dentro del Proyecto Hermes.
3. En cuanto a la ciudadanía en general hemos propuesto la limpieza de caminos mientras se realizan las rutas y se hizo con la Ruta Verde, ruta que va hacia Torrejón de Velasco, se recogió bastante basura, lo llamamos **Ploggwalking**.

PROYECTO HERMES	CURSOS	Nº CENTROS	RUTA	Nº ALUMN@S
PROYECTO CAMINANDO POR UN RETO DESTINO NUUK	1º-6º PRIMARIA ESO Y BACHILLERATO	Blas de Lezo Ciudad de Parla Rosa Montero Aquila La Paloma Torrente Ballester El Olivo Pablo Picasso Séneca	5 KM	1225 (612 as y 613 os)
PROYECTO PILOTO FLORA Y FAUNA DE NUESTROS PARQUES	6º de primaria	Rosa Luxemburgo	Ruta Amarilla 5 KM	27 (15 as y 12 os)
PLOGGWALKING Recoge mientras caminas	Mayores	Club Senderismo Mayores y Población en General	Ruta Verde 14,5 KM	32 (18as y 14os)
				TOTALES 1284 (645as y 639 os)

Todos estos datos se pretenden ir recogiendo paulatinamente para insistir sobre la importancia de nuevas acciones dentro del Proyecto Hermes y seguir ofreciendo las rutas a los Centros Educativos y a la población en general.

DATOS DE PARTICIPACIÓN

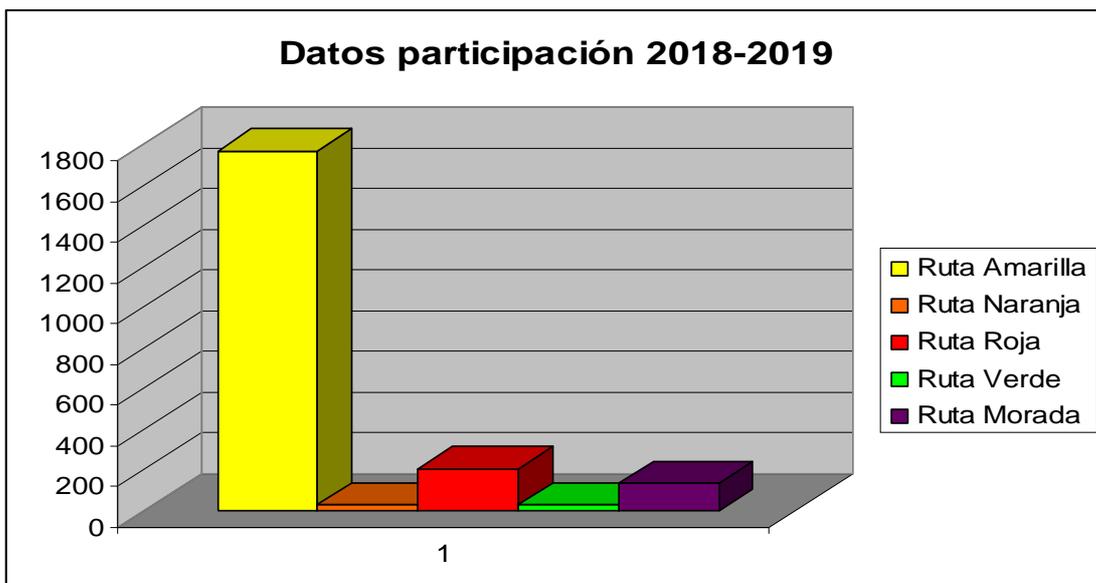
Los datos que ahora disponemos, mediante las diferentes acciones que se han ido llevando a cabo, son de participación en el proyecto a través de la entrega de encuestas y su posterior evaluación. Se trata de generar conciencia de que a través de la práctica deportiva mediante la caminata se realiza actividad física de manera económica, segura y fácil para tod@s independientemente del nivel de condición física. La finalidad de estos proyectos es concienciar al alumnado de nuestros centros educativos y a la población en general de incluir la actividad física en sus rutinas como medio de salud.



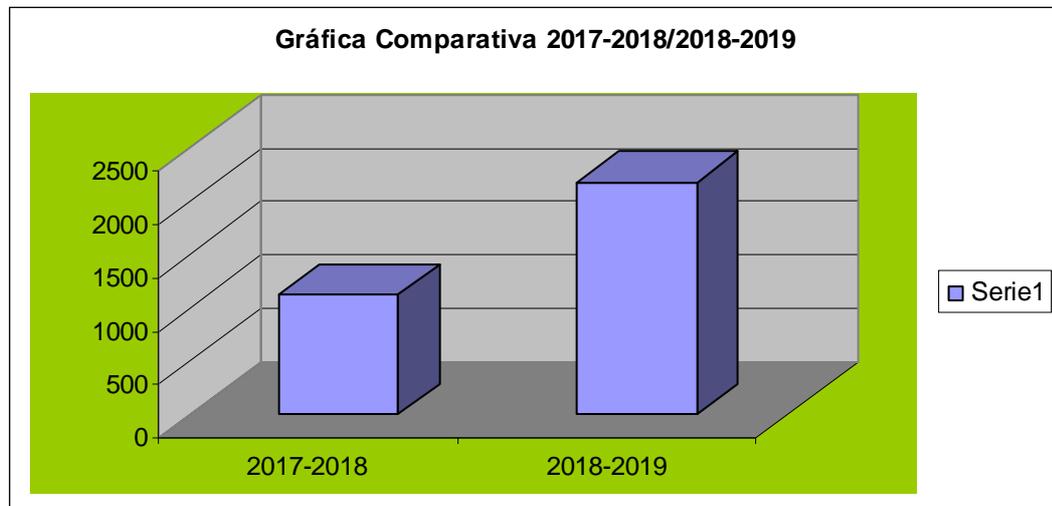
La Ruta más realizada es la Naranja de 6,5Km de distancia con participación de los IES de Nicolás Copérnico y Aquila. La menos realizada obviamente es la más larga, de 14,5Km, la ruta verde con participación mayormente del club senderismo y población en general.

EVOLUCIÓN

Este Proyecto con sus acciones han seguido promoviendo la práctica de actividad física y se han ido consolidando durante el período 2018-2019. Como hemos dicho anteriormente comenzamos con la realización única y exclusiva de las caminatas y hemos ido introduciendo acciones como Caminando por un reto (12 de noviembre, día internacional de la Obesidad Infantil) y Unidades Didácticas para los Centros Educativos.



GRAFICA COMPARATIVA PARTICIPACION 2017-2018/ 2018-2019



FUTURO DEL PROGRAMA

La misión y el futuro de este proyecto será por tanto, **la de garantizar la práctica de la Actividad Física y el Deporte desde los máximos parámetros de calidad y seguridad en todas las dimensiones de la sociedad en toda la ciudadanía de Parla.**

Como propuesta de futuro queremos seguir trabajando por y para el fomento de la actividad física, llegando a todos los centros educativos de nuestra ciudad y haciendo sostenible este proyecto, con nuevas acciones en los escolares como la introducción de Unidades Didácticas en los Centros Escolares: plogwalking, encuentra balizas, encuentra pisadas y encuentra baldosas durante la realización de la ruta, excursión Botánica por Parla,... y para la ciudadanía en general aumentar la oferta de realización de las rutas del proyecto Hermes entre diario con un calendario establecido y en fin de semana. Hacer de nuestros parques el mayor gimnasio de Parla, guiando las rutas y dando recomendaciones generales, ejercicios de estiramientos y fomentando los hábitos de vida saludable a través de la práctica deportiva en el medio natural.

CONCLUSIÓN

Remarcamos la continuidad a este proyecto al estar íntimamente relacionado con los Centros Educativos tanto públicos como concertados y con toda la ciudadanía en general

INFORME MEMORIA PROYECTO EGET

DESCRIPCIÓN

El proyecto Eget pertenece al programa SALUS, diseñado dentro del Plan Estratégico de Deportes 2015-2019.

Eget del latín postural, conlleva un Plan de actuación sobre la actividad física en el ámbito laboral y cotidiano, que pretende fomentar los hábitos saludables entre l@s trabajador@s de la empresa pública y privada, a través de consejos y ejercicios de estiramientos para prevenir posibles sobrecargas y contracturas musculares, con esto además queremos motivar al individuo a tener una vida sana y saludable a través de la práctica de actividad física y el deporte, lo que mejorará su estado físico y mental; y por tanto su productividad y rendimiento.

Desde diciembre del 2016, hemos tratado de fomentar los hábitos saludables en el sector laboral a través del proyecto Eget, mediante las siguientes acciones:

- Taller de estiramientos para l@s trabajador@s en el puesto de trabajo.
- Vídeo tutorial de estiramientos enviado por intranet a l@s trabajador@s.
- Convenio con Forus para ofrecer abono semanal gratuito a tod@s l@s trabajador@s que realizan el taller.
- Pausas activas saludables en horario laboral realizando una breve caminata y estiramientos al aire libre.
- Consejos y recomendaciones saludables enviados por intranet.

ANÁLISIS

Debemos decir que desde que comenzamos con este proyecto, la aceptación en el sector público ha sido bastante buena, aunque en general a l@s trabajador@s les cuesta coger el hábito de realizar los estiramientos y tomarse unos minutos para ell@s. La mayoría sugiere que hagamos el taller y las caminatas más a menudo y de mayor duración con ell@s, pero la finalidad del Eget, es conseguir que ell@s tomen conciencia de la importancia que tiene el cuidarse, realizar actividad física y estirar de manera que ell@s lo conviertan en un hábito.

En la siguiente gráfica quedan reflejados los distintos departamentos del Ayuntamiento que han realizado el taller de estiramientos Eget.

TALLER DE ESTIRAMIENTOS EGET

*Encuesta valorada de 0 a 10.

RESULTADOS PROYECTO EGET 2017									
Proyecto	Fecha	DEPARTAMENTOS	Nº sesiones	Participantes	Hombres	Mujeres	Edad media	Resultado final	Sugerencias
EGET	12/12/2016 - 10/02/2017	Concejalía Deportes	1	4	1	3	50	8,7	Taller relajación
		Secretaría Ayuntamiento Participación Secretaría Personal Ayuntamiento Secretaría Presidencial	1	9	3	6	54		
		Departamento Tesorería Técnico de Ingresos Gestión de Recibos	1	5	1	4	51		
		SAC Parla Este	1	3	2	1	43		
		SAC Ayuntamiento SAC 010 Conductor Alcalde Patrimonio	1	11	5	6	50	8,4	Más tiempo para el taller
		Urbanismo y actividades	1	12	6	6	54	8,8	Repetirlo nuevamente
		Educación y cultura	1	10	4	6	50	9,6	Repetir el curso/taller
		Centro ocupacional	1	11	4	7	46	9	Repetir para otras necesidades
		Servicios sociales Igualdad 3º edad	1	18	2	16	45	9,1	Taller de hábitos de vida saludables, repetir el taller
		Prensa y Comunicación	1	4	3	1	49	9,4	Clases de repaso
		Juventud	1	7	3	4	43	8,7	Incorporar este tipo de cursos a la formación interna del ayuntamiento Video tutorial con diferentes ejercicios
		Formación, Empleo y Vivienda	1	10	3	7	46	8,5	Taller de relajación/respiración Cada 3 meses incorporar nuevos ejercicios Taller de relajación Talleres específicos en la programación anual de formación del ayuntamiento
		Biblioteca Gloria Fuertes	1	8	2	6	47	9,1	
		Biblioteca Isaac Albéniz	1	7	4	3	42	9,1	Video tutorial Cartel explicativo Clases de mantenimiento para el personal
		Estadística	1	2	1	1	39	9	
		Contratación Imprenta	1	8	4	4	51	9,1	
		Medio Ambiente y Servicios a la Comunidad	1	13	10	3	49	8,5	Se puede organizar entre los compañeros para mantener la continuidad y un horario fijo
		CAID (Drogas)	1	10	4	6	45	8	Recordatorio cada 3 o 6 meses
		Sindicatos y Grupos Políticos	1	8	4	4	52	9,1	
		RRHH, Hacienda e Intervención	1	8	2	6	50	8,4	Masajista, mayor frecuencia del curso/taller
		Cooperación Internacional y Convivencia Intercultural	1	2	0	2	54	9	
		Almacén (Jardineros, electricistas...)	1	27	17	10	48	9	Repetir el curso/taller.
		CIE (Sector Privado)	1	4	0	4	42	8,7	
		CIE	1	5	0	5	37	9	
		Asesoría Jurídica y Gestión Tributaria	1	19	4	15	47	9,1	Estos cursos se den también en aulas para los alumnos, Mayor frecuencia del curso y asesoramiento técnico del cuidado de la salud física
TOTALES		25	26	229	89	140	47	9	
		%			39%	61%			

RESULTADOS PROYECTO EGET 2018-2019										
Proyecto	Fecha	DEPARTAMENTOS	Nº sesiones	Participantes	Hombres	Mujeres	Edad media	Resultado final	Sugerencias	
EGET	1/2/2019 - 31/04/2019	Concejalía Deportes	1	8	1	7	46,7	4,7		
		Secretaría Ayuntamiento Participación	1	10	4	6	49	4,6	Hacerlo más a menudo	
		Secretaría Personal Ayuntamiento Secretaría Presidencial								
		Departamento Tesorería Técnico de Ingresos Gestión de Recibos	1	11	4	7	52	4,5		
		SAC Parla Este	1	4		4	45,5	4,4	Repetir la actividad más veces	
		SAC Ayuntamiento SAC 010	1	2		2	45	4,7		
		Conductor Alcalde								
		Patrimonio	1	7	3	4	48	4,7		
		Urbanismo y actividades	1							
		Educación y cultura								
		Centro ocupacional	1	9	1	8	41	4,4	Más a menudo y duraderos	
		Servicios sociales Igualdad 3ª edad	1	7	1	6	46,5	4,65	Hacerlo más a menudo	
		Prensa y Comunicación	1	3	2	1	48	4,6	Más duración	
		Juventud								
		Formación, Empleo y Vivienda	1	13	3	10	44,8	4,2	Mucho mas a menudo y de mayor duración	
		Biblioteca Gloria Fuertes	1	5	1	4	53,8	4,6	Más a menudo	
		Biblioteca Isaac Albéniz	1	3	1	2	47,6	4,5	Más a menudo y duraderos	
		Estadística	1	3	2	1	41,3	4,2	Más información en el folleto	
		Contratación Imprenta	1	7	2	5	51,4	4,7	Hacerlo más a menudo	
		Medio Ambiente y Servicios a la Comunidad	1	5	3	2	51	4,6	Un poco escaso	
		CAID (Drogas)	1	10	2	8	48,8	4,1	Hacer recordatorios y más duraderos	
		Sindicatos y Grupos Políticos	1	2	1	1	55,5	4,5	Más a menudo	
		Jose Luis Sampedro	2	11	1	10	44,72	4,5	Más a menudo	
		Cooperación Internacional y Convivencia Intercultural								
		Almacén (Jardineros, electricistas...)	1	4	2	2	48	4,5	Más duradero	
CIE	1	5	0	5	42,6	4,8	Más largo y más a menudo			
Asesoría Jurídica y Gestión Tributaria	1	12	1	11	45,75	4,4	Más duradero y más a menudo			
TOTALES		25	26	141	35	106	47	4.3		
		%			25%	75%				

*Encuesta valorada de 0 a 5.

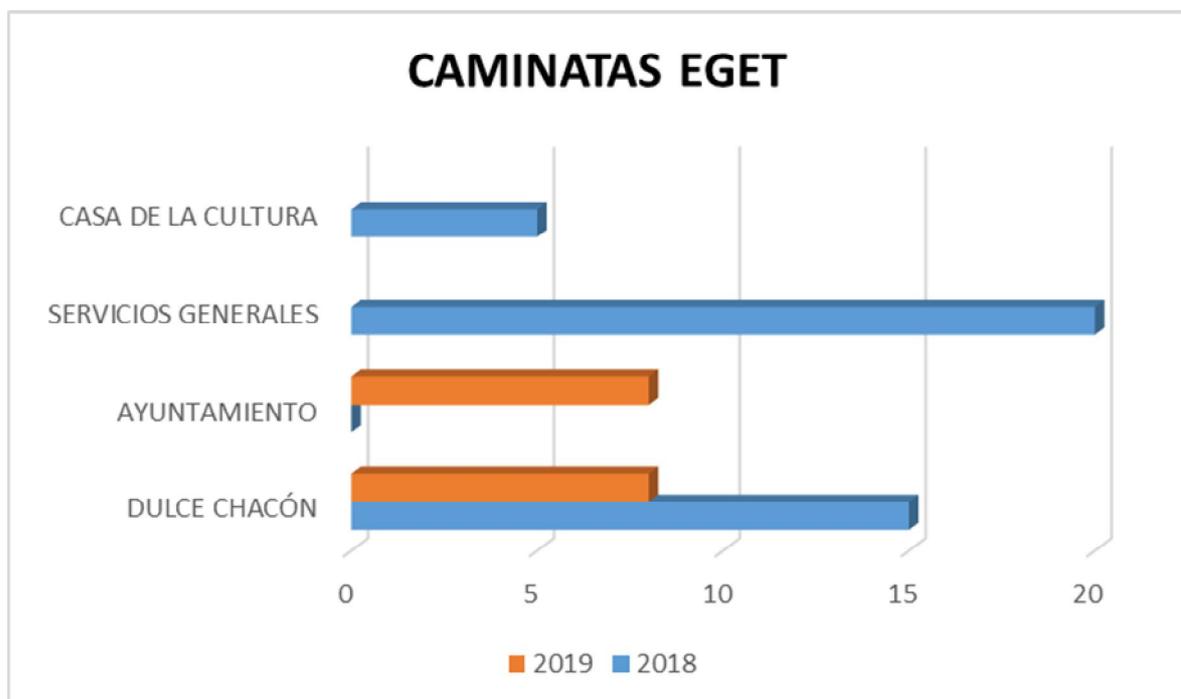
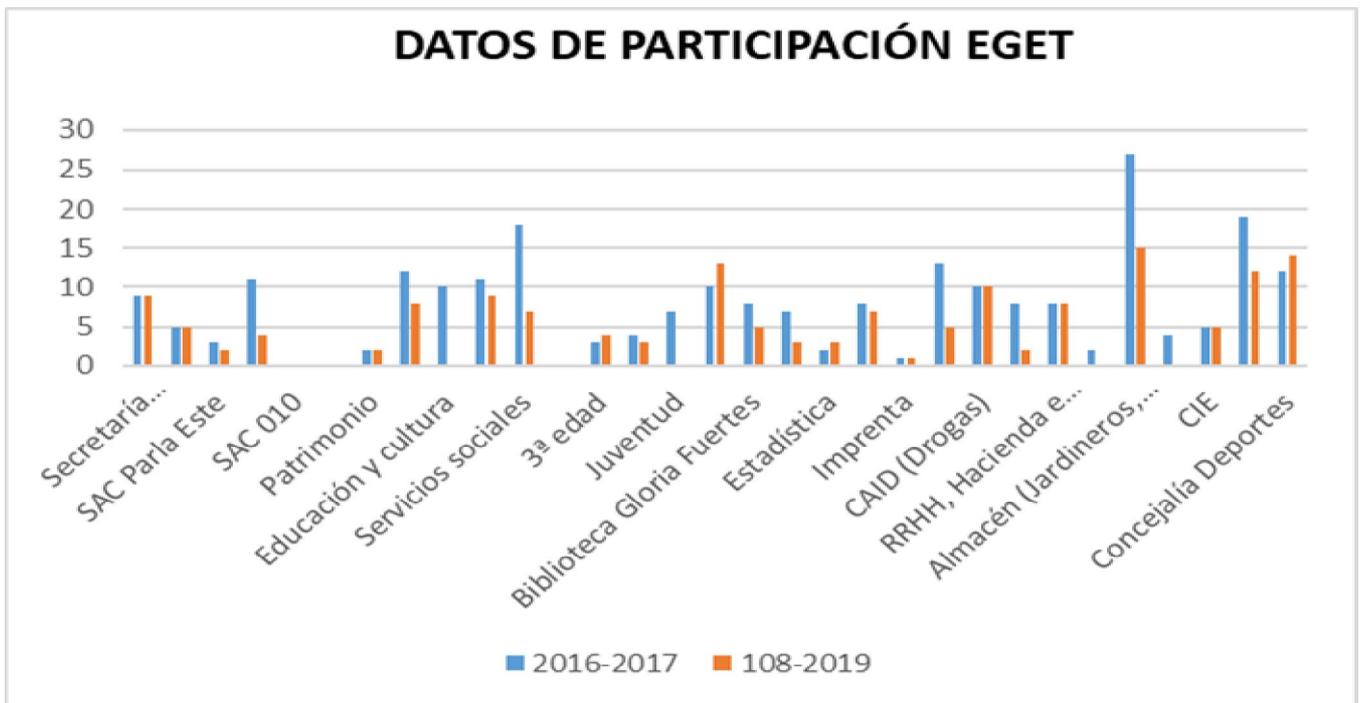
PAUSA ACTIVA SALUDABLE: "CAMINATAS SALUDABLES"

Hemos ofrecido a l@s trabajador@s del Ayuntamiento, la posibilidad de realizar durante su horario laboral, una ruta saludable de 2 kms aproximadamente, alrededor de Parla y cerca de su lugar de trabajo, incluyendo estiramientos y relajación al aire libre, con la finalidad de que prueben los beneficios que conlleva el caminar, estirar y desconectar unos minutos al día para continuar con su jornada laboral con más ganas. Aunque siguen siendo poc@s l@s trabajador@s que se animan a realizar la caminata, l@s que la realizan quedan encantad@s y piden repetirlo más a menudo.

El proyecto Eget también ha llegado al sector privado, realizando el taller de estiramientos en 4 pequeñas empresas a través del CIE, y en la empresa Tranvía de Parla S.A. participando más del 50% de la plantilla.

DATOS DE PARTICIPACIÓN

Los datos que ahora disponemos, mediante los talleres y acciones que se han ido llevando a cabo, son de participación en el proyecto a través de la entrega de encuestas y su posterior evaluación. Se trata de generar conciencia entre l@s trabajador@s y empresari@s de Parla, de la importancia que tiene el tener hábitos saludables en nuestro día a día y los beneficios que esto conlleva a nivel de bienestar del individuo, rendimiento y productividad.



Sabemos cuantitativamente que la realización de los talleres y de las caminatas por parte de l@s emplead@s del Ayuntamiento es bien acogida y que agradecen las iniciativas que desde la Concejalía de Deportes se les ofrece con el proyecto Eget, no obstante la participación sigue siendo mermada por la pereza que much@s muestran para tomarse unos minutos y estirar o desconectar durante su jornada laboral, algo con lo que debemos seguir luchando para conseguir que se activen adquiriendo hábitos saludables en su cotidianeidad.

EVOLUCIÓN

Con este proyecto hemos sido pioner@s en introducir el fomento de la actividad física y deportiva en el sector laboral, haciendo de Parla una ciudad innovadora que apuesta por el bien estar de sus ciudadan@s fomentando sus hábitos saludables y los de l@s trabajador@s, y en esta línea seguiremos evolucionando.

El Proyecto Eget comenzó a finales de 2016 ofreciendo un taller de estiramientos, y poco a poco ha ido ampliando sus acciones por y para l@s emplead@s, ofreciéndoles acceso gratis a las instalaciones deportivas Forus, caminatas como pausas activas durante el horario laboral, consejos y recomendaciones saludables, incluso vídeos tutoriales para poder realizar ejercicios y estiramientos en su puesto de trabajo, todo esto con el fin de fomentar los hábitos saludables en la empresa, para hacer una empresa activa, una empresa saludable.

FUTURO DEL PROGRAMA

Basándonos en los datos cuantitativos y cualitativos recogidos estos años a través de cuestionarios y sugerencias de l@s emplead@s, consideramos interesante como propuesta de futuro, proponer un programa que pretende fomentar los hábitos saludables de l@s trabajador@s de una empresa, facilitándoles la oportunidad de practicar actividad física y deportiva durante la jornada laboral, como un *programa más de formación* que llamaríamos AFE (Actividad Física en la Empresa) el cual permitirá a l@s trabajador@s sedentari@s e inactiv@s participar en un taller de iniciación a la práctica deportiva. Se trata de una experiencia que

persigue motivar y facilitar a l@s trabajador@s, la adquisición de hábitos de vida saludables.

Con el programa AFE, daremos a l@s trabajador@s la oportunidad de conocer y sentir los beneficios de la práctica de la actividad físico-deportiva, y las empresas podrán mejorar el estado físico y anímico de sus emplead@s y por consiguiente su rendimiento y productividad, disminuyendo el absentismo, el presentismo y las bajas laborales.

La misión futura del proyecto Eget, es la de seguir promocionando la adquisición de hábitos saludables en el sector laboral de la ciudad de Parla, ampliando el alcance en el sector laboral público y privado.

CONCLUSIÓN

Desde la Concejalía de Deportes continuaremos trabajando por y para el sector laboral de la ciudad de Parla, combatiendo al sedentarismo, gran lacra de este siglo; haciendo a l@s trabajador@s más activos y por consiguiente más san@s y productiv@s.

Empresa activa, empresa sana.

INFORME DE MEMORIA PROYECTO “EJERCICIO POR TU SALUD”

DESCRIPCIÓN

Dentro del Plan Estratégico 2015-2019 de la Concejalía de Deportes, en 2017, las Consejerías de Sanidad y de Cultura, Turismo y Deportes, proponen la participación de nuestra ciudad en un proyecto piloto denominado “Ejercicio por tu salud” para el fomento de hábitos de vida saludables a través de la práctica de la Actividad Física y Deportiva, en la población de 55 a 65 años sana, sedentaria e inactiva, derivada desde los 4 centros de atención primaria de Parla.

Este proyecto consiste en la derivación de pacientes desde las consultas, tanto de medicina general como de enfermería, del perfil de población que contempla este proyecto, para participar en un taller de 12 sesiones formativas, prácticas, de evaluación y de orientación, con el objetivo fundamental de huir del sedentarismo incluyendo la práctica de Actividad Física y Deportiva.

Estos talleres se desarrollan en los Centros deportivos Forus y Supera, combinando una extensa variedad de disciplinas deportivas, con el objetivo de mostrar a todos/as los/as participantes un amplio escaparate deportivo, asesorándoles, al finalizar los talleres, en la elección de la práctica que mejor se adapte a cada perfil de usuario/a.

Tras su paso por los talleres, el seguimiento de los/as usuarios/as es llevado a cabo durante aproximadamente un año, para asegurar su permanencia en la práctica de la Actividad Física y Deportiva.

ANÁLISIS

En febrero de 2018 asistimos a los cursos de formación que se desarrollan en la Dirección General de Deportes, para la gestión, coordinación, puesta en marcha y desarrollo del proyecto.

A principios de marzo de 2018 comienzan las reuniones con los agentes implicados en el proyecto:

Centros deportivos:

- Forus Parla
- Supera Los Lagos
- Supera Parla Este

Centros de Atención Primaria:

- Isabel II
- Las Américas
- Pintores
- San Blas

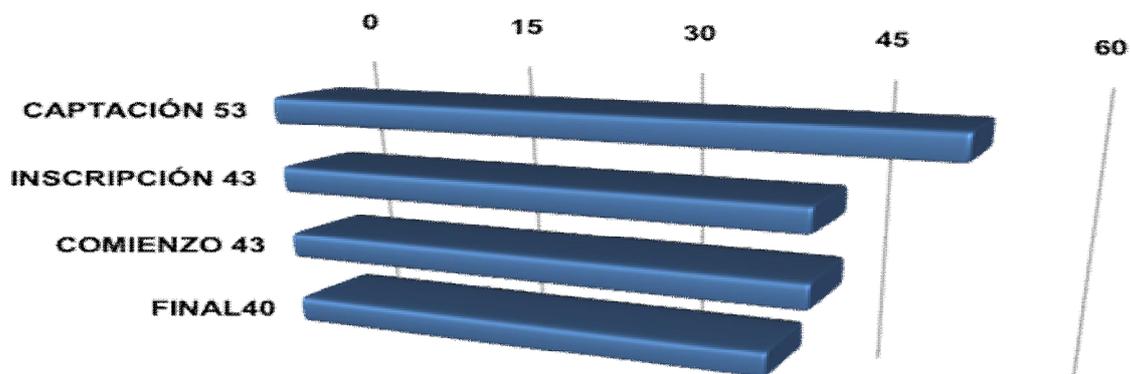
En marzo de 2018 comienza, también, la captación de pacientes.

En abril de 2018 comienzan 3 de los 4 talleres propuestos inicialmente, finalizando a finales de mayo de 2018.

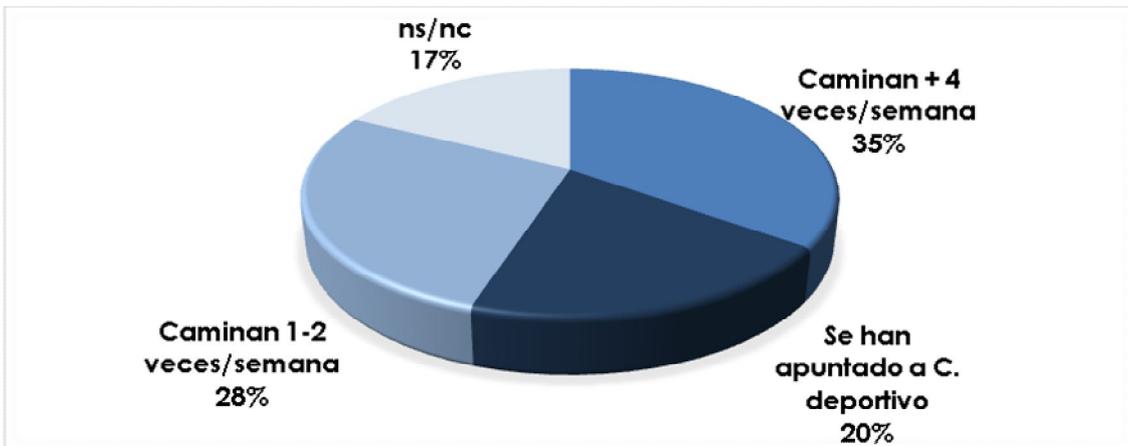
DATOS DE PARTICIPACIÓN DEL PROYECTO PILOTO

Se ofertan 60 plazas repartidas en 4 talleres.

Datos de los talleres A, B, C y D



Usuarios/as que continúan con la práctica de la Actividad Física y Deportiva



EVOLUCIÓN

Tras la evaluación y valoración de los magníficos resultados obtenidos en su fase piloto, consiguiendo adherir a la práctica de actividad física y deportiva a un 83% de los/as participantes, se decide mantener de forma permanente y definitiva este proyecto para que este rango de población huya del sedentarismo y de la inactividad y adquiera hábitos de vida saludables.

Se añaden mejoras al proyecto inicial que consideramos fundamentales:

- Aumentar los talleres anuales a 12 en tres periodos diferentes:
 1. 4 en enero/marzo
 2. 4 en abril/junio
 3. 4 en septiembre/noviembre
- Aumentar el rango de edad de 45 a 65 años para llegar a un porcentaje poblacional más amplio.
- Incluir una campaña publicitaria en edificios municipales, mupis y farmacias para intervenir de manera más positiva en la captación de los/as pacientes.
- Aumentamos la participación de los Centros de atención primaria, con la adhesión al proyecto del CAID de Parla, aumentando a 5 los centros que derivan pacientes a los talleres.

En el periodo de desarrollo de los talleres definitivos, tenemos que prescindir de los dos talleres que imparten los Centros deportivos Supera Los Lagos y Parla Este, por motivos externos al proyecto, por lo que se ofertan 30 plazas.

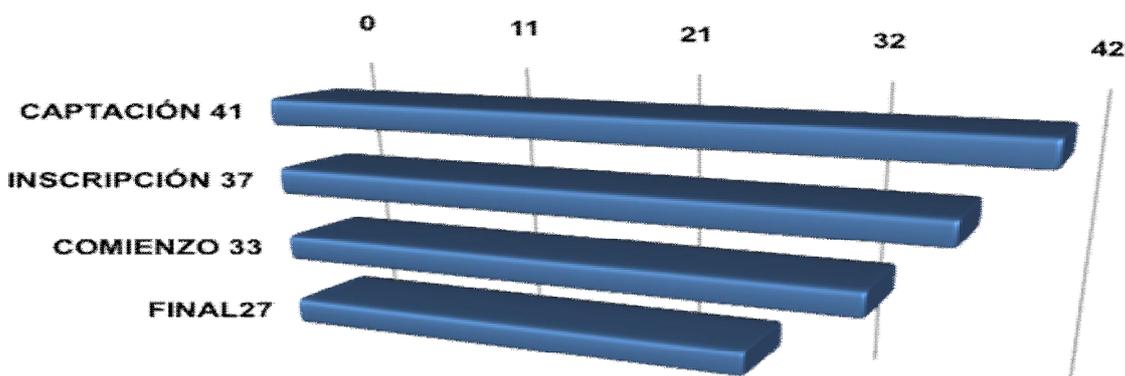
DATOS DE PARTICIPACIÓN DEL PROYECTO DEFINITIVO, PERIODO ABRIL/JUNIO 2019

Para este periodo contamos con dos talleres A2 y B2, impartidos en el Centro Deportivo Forus Parla con una oferta de 15 plazas cada uno.

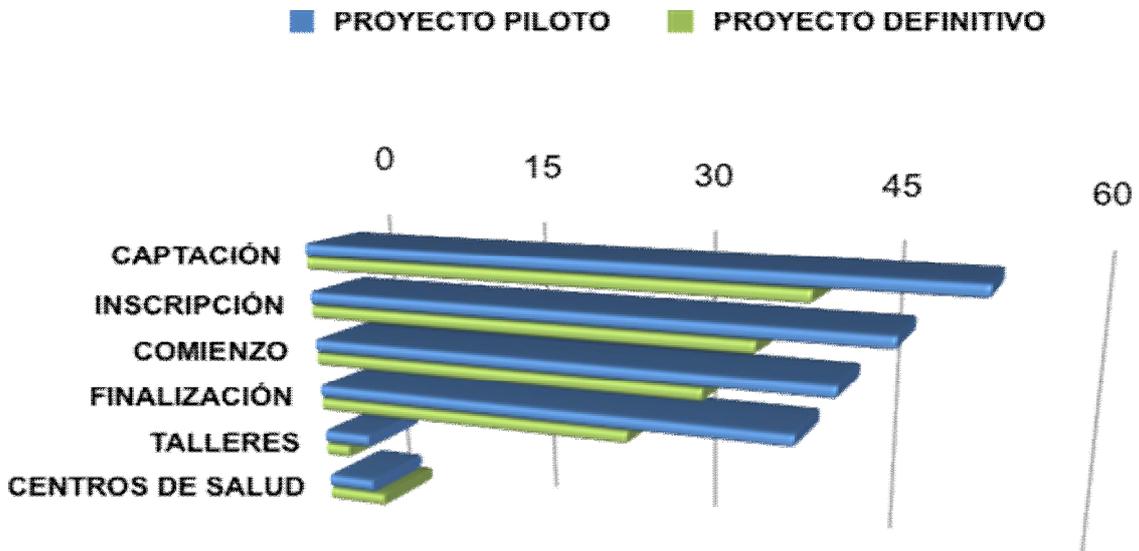
Se amplía la captación y derivación de usuarios/as desde los Centros de Atención Primaria a un total de 40 pacientes, para asegurarnos un mínimo de 15 y hasta un máximo de 20 participantes en cada taller.

Mejoramos la captación, cumpliendo los objetivos establecidos y consideramos como favorables tanto el aumento del rango de edad, la incorporación del CAID, como la campaña publicitaria.

Datos del taller A2 y B2:



COMPARACIÓN DATOS



La participación y finalización por parte de los/as usuarios/as de los talleres del proyecto piloto a su implantación definitiva ha aumentado en un 14,5 %.

COMPARATIVA DE PARTICIPACIÓN POR SEXOS



FUTURO DEL PROGRAMA Y CONCLUSIÓN

La idea fundamental de este proyecto es conseguir una ciudadanía con conciencia de bienestar, en la que uno de los pilares fundamentales sea la adquisición del hábito de la práctica de Actividad Física y Deportiva, bastión primordial en el listado de hábitos saludables.

Qué mejor manera de conseguir este objetivo que a través de la recomendación de los/as profesionales de salud, como parte fundamental de este proyecto, para convencer a la ciudadanía de los beneficios de participar en estos talleres.

La intención de la Concejalía de Deportes de facilitar la práctica de Actividad Física y Deportiva se cubre con creces con este proyecto, por lo que seguiremos apostando por él, mejorándolo, si se considera, y manteniéndolo en el tiempo de manera indefinida para conseguir una población cada vez más sana, activa y saludable.

INFORME DE MEMORIA PROYECTO PRES-ACTIV 2018/2019

DESCRIPCIÓN

Dentro del Plan Estratégico 2015-2019 de la Concejalía de Deportes, se aborda este proyecto, basándonos en una de las premisas fundamentales del Plan, el fomento de hábitos de vida saludables a través de la práctica de Actividad Física y Deportiva en toda la población de Parla.

Es por ello, que se comienza este proyecto conjunto, de la mano del Hospital Infanta Cristina, Atención Primaria y Concejalías de Salud y Deportes en julio de 2018.

Este proyecto consiste en la derivación de pacientes en proceso de recuperación de las consultas de oncología, cardiopatía y obesidad del Hospital Infanta Cristina y Centros de Atención Primaria de Parla, por parte de los/as facultativos/as que les tratan, a diferentes alternativas deportivas, bajo la supervisión de profesionales CAFYD, que programan los entrenamientos, orientan y hacen un seguimiento exhaustivo de estos/as pacientes, con el fin de una más rápida y completa recuperación.

Desde la Concejalía de Deportes, parte fundamental del proyecto, gestionamos y ofertamos las diferentes alternativas a las que se pueden adherir estos/as pacientes, abriendo un abanico de posibilidades a todos/as ellos/as, con el fin de que puedan elegir las que mejor se adapten a sus necesidades y gustos; actividades dirigidas, autónomas, indoor y outdoor.

ANÁLISIS

Está científicamente comprobado que el beneficio de la práctica de la actividad física y deportiva tanto en la población general como en diferentes patologías es indudable. Estos beneficios están bien establecidos e impactan directamente en la disminución de la mortalidad general y cardiovascular, en la calidad de vida y en el desarrollo de otras patologías como la depresión o la ansiedad. Se trata de un efecto de clase ya que en población general se ha demostrado que las personas que realizan actividad física moderada tienen una mortalidad hasta un 25% menor que las personas sedentarias.

Este efecto terapéutico se reproduce en muchas enfermedades crónicas muy prevalentes como la cardiopatía isquémica, diversos tumores, la EPOC o la insuficiencia cardiaca. Merece la pena especificar que en algunos tumores como el cáncer de colon o la mama se han descrito descensos en la mortalidad de hasta el 40%, siendo estos resultados similares o superiores a fármacos que

tienen un coste de miles de euros y que además presentan importantes efectos secundarios asociados.

La actividad física produce otros efectos beneficiosos como el descenso de la incidencia de depresión o ansiedad, la mejora en la calidad de vida o en síntomas muy limitantes como el dolor o la fatiga.

De forma casi constante se describe el beneficio de programas de actividad física moderada con una dedicación de 150 minutos a la semana y dividido en al menos 3 sesiones por semana. Los programas de entrenamiento suelen durar 12 semanas y posteriormente el paciente mantiene su actividad de forma individual o ayudado por grupos de pacientes.

Por tanto, no habiendo proyectos de este tipo en nuestra ciudad, nos parece importantísimo la implantación del mismo, para conseguir los objetivos establecidos y permitiendo a los/as pacientes de oncología, cardiopatía y obesidad, en proceso de recuperación, la posibilidad de que ese tiempo de recuperación sea mucho más corto, positivo y eficaz.

EVOLUCIÓN

Entre mayo y julio de 2018 se mantuvieron reuniones y conversaciones con todos los agentes implicados, Hospital Infanta Cristina, Atención Primaria, Concejalía de Deportes, Concejalía de Salud y empresas concesionadas Forus y Supera.

Hacen la petición a la Concejalía de Deportes de que estudie una propuesta de actividad física para su aprobación conjunta y entre abril y mayo de 2019 se convocan nuevas reuniones para ir detallando las opciones deportivas del proyecto.

En junio se concreta la oferta definitiva realizando folletos explicativos para facilitar a los/as pacientes, definiendo el mes de septiembre de 2019 para comenzar su derivación a las diferentes propuestas coordinadas desde la Concejalía de Deportes.

Una vez que los profesionales de salud del Hospital Infanta Cristina hayan prescrito la actividad física como parte integrante del tratamiento de los/las pacientes, a través de la receta deportiva, se les ofrecerán las siguientes alternativas:

- **PACK 1:**
 - **Entrenamiento Autónomo** (Aconsejado, no pautado)
 - Recomendaciones generales de práctica de actividad física y deportiva (Folleto).
 - Rutas activas Hermes (Sesión mensual formativa/práctica impartida por profesional CAFYD).
 - Rutas activas Hermes (utilización autónoma de las mismas, pudiendo poner en práctica lo que se les recomienda en las sesiones mensuales).
 - Precio: actividad gratuita.
- **PACK 2:**
 - **Entrenamiento Dirigido Grupal al aire libre NATURFIT** (Pautado, grupos cerrados y sesiones estructuradas y dirigidas por profesional CAFYD)
 - Programación de grupos de trabajo de usuarios/as con el mismo perfil.
 - Sesiones de 2 o 3 días a la semana en horarios de mañana y tarde a determinar.
 - Precio: a determinar.
- **PACK 3:**
 - **Entrenamiento en Centro Deportivo FORUS** (Pautado y supervisado por profesional CAFYD, teniendo la posibilidad de incorporarse a la parrilla de actividades del propio centro deportivo de manera general como un/a abonado/a más, siempre bajo las recomendaciones del profesional que supervisa su entrenamiento).
 - Perfil abonado/a patología obesidad: horario ininterrumpido del centro deportivo. La primera sesión inicialmente se establecerá por el propio centro para diseñar el método de entrenamiento con el/la profesional CAFYD.
 - Precio: a determinar.

FUTURO DEL PROGRAMA Y CONCLUSIÓN

La idea fundamental de este proyecto es conseguir que el proceso de recuperación de este tipo de pacientes sea lo menos largo y doloroso posible, por lo que esperamos que este proyecto sea un éxito más de la lucha que desde la Concejalía de Deportes hacemos, favoreciendo la salud y la adquisición de hábitos de vida saludables a través de la práctica de actividad física y deportiva de la ciudadanía de Parla.

INFORME DE MEMORIA RUTAS ACTIVAS SALUDABLES (CENTROS DE SALUD)

DESCRIPCIÓN

Este proyecto está incluido en el programa Salus, dentro del Plan Estratégico de Deportes 2015-2019, que conlleva el Área de Actividad Física y Salud. **Salus diosa romana, era la personificación del bienestar, la salud y la prosperidad; de ahí el título de nuestro programa.** Dentro de este programa, las Rutas Activas Saludables, son rutas que parten desde los centros de Salud, comenzamos en 2016-2017 con el Centro de Salud san Blas, proyecto que nace con la idea de alargar y mejorar la calidad de vida de nuestros ciudadanos, a través de los buenos hábitos físico-deportivos con la práctica de la caminata desde el propio centro de salud.

El proyecto Rutas Activas Saludables, se diseñó con el propósito de fomentar un estilo de vida saludable para la ciudadanía que acude a los Centros de Salud y tienen el perfil de persona inactiva y/o con sobrepeso, a través de la realización de las caminatas desde los propios centros de salud.

Estas rutas serán guiadas **el día de su presentación** por personal cualificado de la Concejalía de Deportes, dando consejos básicos para una realización autónoma y segura de sus participantes. Personal sanitario de los Centros de Salud, acompañará **en las primeras rutas** a los participantes para hacer un seguimiento de los mismos.

Como las caminatas en compañía son más agradables, proponemos **5 rutas y 5 puntos de encuentro diferenciados**, en cada uno de los centros de salud de Parla: **C.S. Pintores, C.S. Isabel II, C.S. San Blas, C.S. Las Américas, C.S.M. Pablo Sorozábal**. Queremos crear el hábito de caminar por ello desde la Concejalía de Deportes haremos visitas periódicas para estar en contacto con el grupo y darles recomendaciones sobre ejercicios que pueden hacer y estiramientos, llevando un control del grupo. Estableciendo el lema "Caminar en compañía". En un principio estos fueron los días establecidos y los centros que comenzaron con las caminatas.

TABLA PARTICIPACION CENTROS DE SALUD 2016/2017

Centro Salud	Días	Horas
San Blas	L/X	9:30 h
Isabel II	X	16:00 h
	V	11:00 h
Las Américas	M/J	9:30 h

Los estudios concluyen que estamos ante una sociedad con muchos problemas de sobrepeso y obesidad debido a la falta de actividad física y al sedentarismo y es por ello que desde la Concejalía de Deportes apostamos por proyectos como este.

ANÁLISIS Y EVOLUCIÓN

Debemos decir que, desde que empezamos a poner en marcha este proyecto en el verano 2016 mediante una reunión con los cuatro centros de salud tras recibir una llamada del Centro Salud San Blas, interesados en nuestro proyecto Hermes: Rutas Activas, nos costó tan sólo unos meses ponerlo en funcionamiento por el buen hacer de uno de los enfermeros de dicho centro de salud. Así en la temporada 2016/2017 comenzamos con el Centro de Salud San Blas, seguido por Isabel II y Las Américas. Un año después se unió Centro de Salud Mental Pablo Sorozábal con su propio proyecto de Paseos Terapéuticos.

Queremos promover la actividad física y los hábitos saludables en todos los centros de salud, por ello nuestro empeño en llegar al C.S Pintores y animar a toda la ciudadanía a su realización, independientemente de la edad y condición física, sobre todo a las personas más sedentarias.

DATOS DE PARTICIPACIÓN

Los datos que ahora disponemos, mediante las diferentes acciones que se han ido llevando a cabo, son de participación en el proyecto a través de las visitas in situ a los Centros de Salud.

TABLA PARTICIPACION CENTROS DE SALUD 2017-2018 y 2018/2019

Centro Salud	Días	Horas
Isabel II	L/M/X/J/V	16:30 h y 17:30h
Las Américas	L/M/X/J/V	9:30 h
Pablo Sorozábal	M	10:00h

Con la tabla llegamos a la conclusión que l@s pacientes del C.S. San Blas no han conseguido crear un grupo y ell@s que fueron los pioneros en este proyecto a día de

hoy no realizan las caminatas, sin embargo los C.S Isabel II y Las Américas han pasado de ir dos días en semana a ir todos los días de la semana. Y por otro lado, C.S.M Pablo Sorozábal sigue manteniendo los paseos terapéuticos entre sus pacientes, al que nosotras desde la Concejalía de Deportes asistimos para enseñarles nuevos ejercicios y estiramientos.

FUTURO DEL PROGRAMA

La misión y el futuro de este proyecto será por tanto, la de garantizar la práctica de la Actividad Física a través de las caminatas desde los máximos parámetros de calidad y seguridad en todas las dimensiones de la sociedad en toda la ciudadanía de Parla.

Como propuesta de futuro queremos seguir trabajando por y para el fomento de la práctica de actividad física, llegando a todos los centros de salud y que los que están adheridos a las Rutas Activas Saludables sigan realizando dichas rutas y desde la Concejalía de Deportes seguiremos con la supervisión y el control guiando periódicamente las rutas y dando recomendaciones generales, ejercicios de estiramientos y fomentando los hábitos de vida saludable a través de la práctica deportiva en el medio natural.

CONCLUSIÓN

Remarcamos la continuidad a este proyecto al estar íntimamente relacionado con la salud en los 5 Centros de Salud del municipio de Parla ya que va dirigido a toda la ciudadanía de Parla y porque es mucho más barato invertir en prevención que curar enfermedades.

INFORME DE MEMORIA PROGRAMA EEDDMM

DESCRIPCIÓN

El Programa de Escuelas Deportivas Municipales, dentro del Plan Estratégico y de actuación en materia deportiva del Ayuntamiento de Parla 2015-2019, surge con el propósito de dar un salto cualitativo y cuantitativo para que la población en edad escolar de nuestra ciudad, disponga de una amplia oferta de actividades físico-deportivas. A la vez, se les garantice el máximo grado de calidad en cuanto a contenidos y a profesionales cualificados/as destinados a buscar el mayor grado de excelencia del deporte en Parla. Y que incorporen la actividad física en su vida diaria, con todos los beneficios que esto conlleva tanto a nivel físico, psíquico como social.

Una de las singularidades que alberga el nuevo plan es la reordenación de las Escuelas Municipales reconvertidas en las actuales Escuelas Deportivas Municipales en las que se ha involucrado a las asociaciones y clubes deportivos de la localidad.

En el Artículo 3 - Derecho al Deporte, " Se reconoce el derecho de todos al conocimiento y a la práctica del deporte en plenas condiciones de igualdad."

"La difusión de las actividades físicas y del deporte en todos los sectores de la población y, en particular, de los más desfavorecidos"

Como principal novedad, cada una de las entidades que forman parte del Programa de Escuelas Deportivas Municipales, se compromete a ofrecer dos plazas becadas por cada 25 deportistas inscritos en su Club o Entidad Deportiva. Se consideran candidatas a recibir beca deportiva aquellas alumnas de entre 4 y 16 años cuyas familias estén inscritas en Servicios Sociales. Y es esta Concejalía la que se encarga de decidir quiénes son los beneficiarios de dichas becas.

Este tipo de beca tendrá validez por un año escolar o temporada. Al término del periodo correspondiente, se valorará el aprovechamiento por parte del alumno para autorizar su renovación o en su defecto una posible baja o pérdida de la misma.

Para conservar la beca el/la alumno deberá cumplir con los siguientes requisitos:

- Tener al menos un 80% de asistencia a los entrenamientos en los horarios fijados por la entidad deportiva.
- Mostrar un comportamiento ejemplar dentro y fuera de la cancha, cumpliendo plenamente con las actividades propias del equipo al que pertenece.
- Acudir al entrenamiento bien uniformado o con ropa acorde a la actividad que va a realizar.

En caso de no cumplir con alguno de los puntos señalados anteriormente, la beca quedará condicionada y de repetirse el incumplimiento el alumn@ perderá definitivamente la beca.

Sólo podrán participar para una beca deportiva en una disciplina.

ANÁLISIS

Este Programa de Escuelas Deportivas Municipales, promovido por las entidades deportivas locales, ha hecho posible que de cuatro modalidades deportivas que formaban la oferta promovida desde la Concejalía de Deportes, haya pasado a ampliarse a más de veinte, dando la posibilidad de conocer y disfrutar de muchos más deportes a la población de Parla de entre 4 y 16 años con unas tarifas bastante asequibles aprobadas por el Ayuntamiento.

Modalidades Deportivas 2015	Modalidades Deportivas tras incorporar Plan Estratégico 2016 - 2017	
Danza Coreográfica	Ajedrez	Jiu Jitsu
Gimnasia Rítmica	Atletismo	Judo
Multideporte	Baloncesto	Karate
Yudo	Balonmano	Multideporte
	Ciclismo	Padel
	Danza Coreográfica	Patinaje en línea
	Escalada	Rugby
	Floorball	Tenis
	Futbol	Tenis de Mesa
	Futbol Sala	Triatlón
	Gimnasia Rítmica	Voleibol
	Hockey Línea	

Promovemos que todas las entidades deportivas adheridas al Programa de EEDMM trabajen conjuntamente con la Concejalía de Deportes y que la práctica deportiva en edad escolar se oriente especialmente a:

- La educación integral del niño y la niña y el desarrollo armónico de su personalidad.
- El desarrollo equilibrado de sus condiciones físicas.
- El conocimiento y práctica de distintos deportes, sin que ésta se dirija exclusivamente a la competición.
- La creación de asociaciones deportivas en los centros escolares

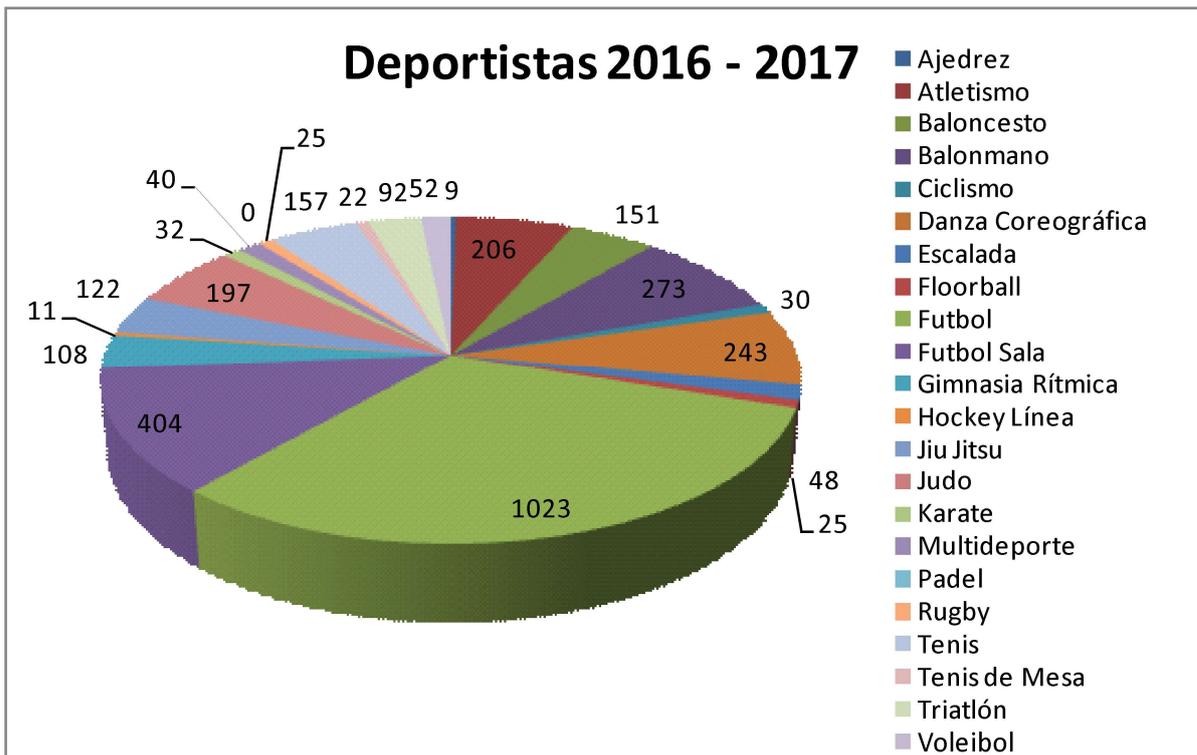
Que, en cuanto a la Ley 1/2019 de regulación de las profesiones del Deporte en la Comunidad de Madrid, las personas responsables de impartir estas actividades tengan como mínimo titulación de monitor/a deportivo.

Vivimos en una sociedad cambiante, en la que las normas o los valores se modifican y en la que los medios de comunicación tienen un enorme poder para presentar o difundir los cambios. De ahí la importancia de educar en valores en la práctica deportiva: compromiso, trabajo en equipo, responsabilidad, esfuerzo, autoconocimiento, perseverancia, entre otros muchos.

DATOS DE PARTICIPACIÓN

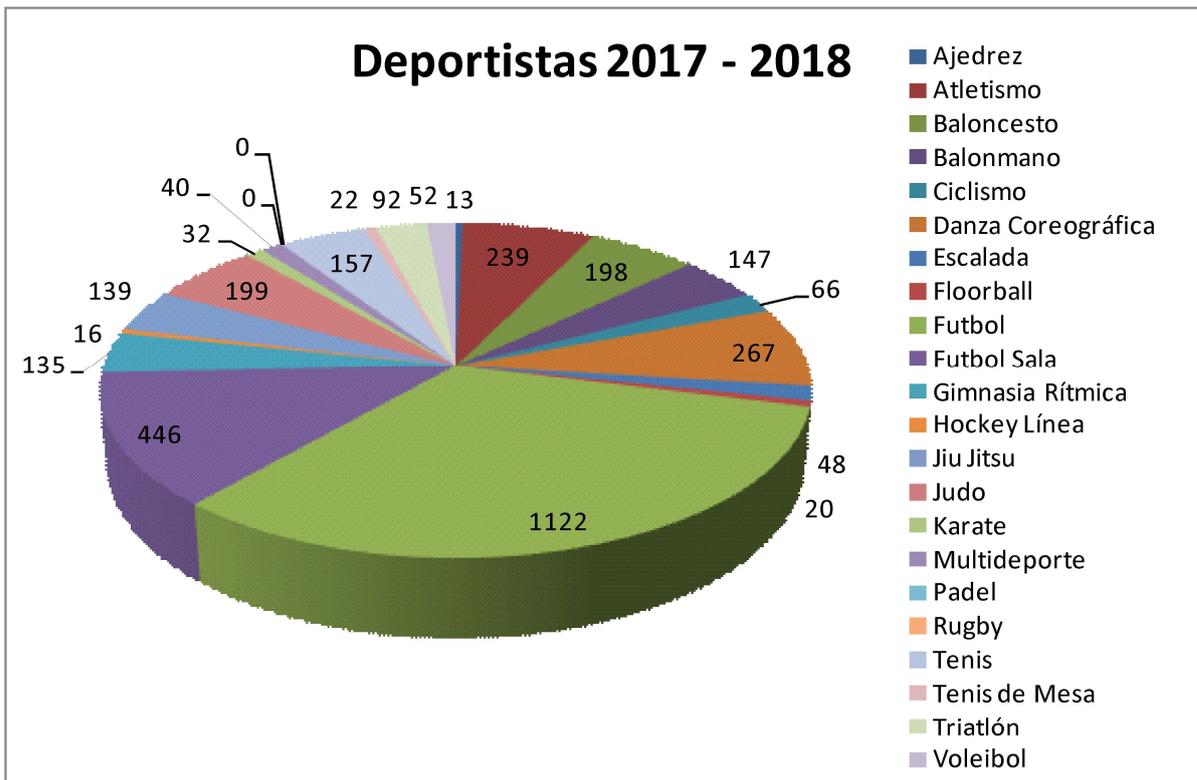


Antes del Plan Estratégico 2015 - 2019, las actividades eran impartidas por técnic@s de la Concejalía de Deportes. En esta primera gráfica, podemos observar las cuatro modalidades deportivas municipales que se ofertaban en nuestra ciudad, dirigida a la población en edad escolar. Se inscribieron un total de 369 deportistas, 103 usuarios masculinos y 266 usuarias femeninas. Con el personal técnico que contaba la Concejalía de Deportes no podíamos llegar a la gran demanda deportiva que había en nuestra ciudad, lo que ocasionaba lista de espera en algunas de las actividades.



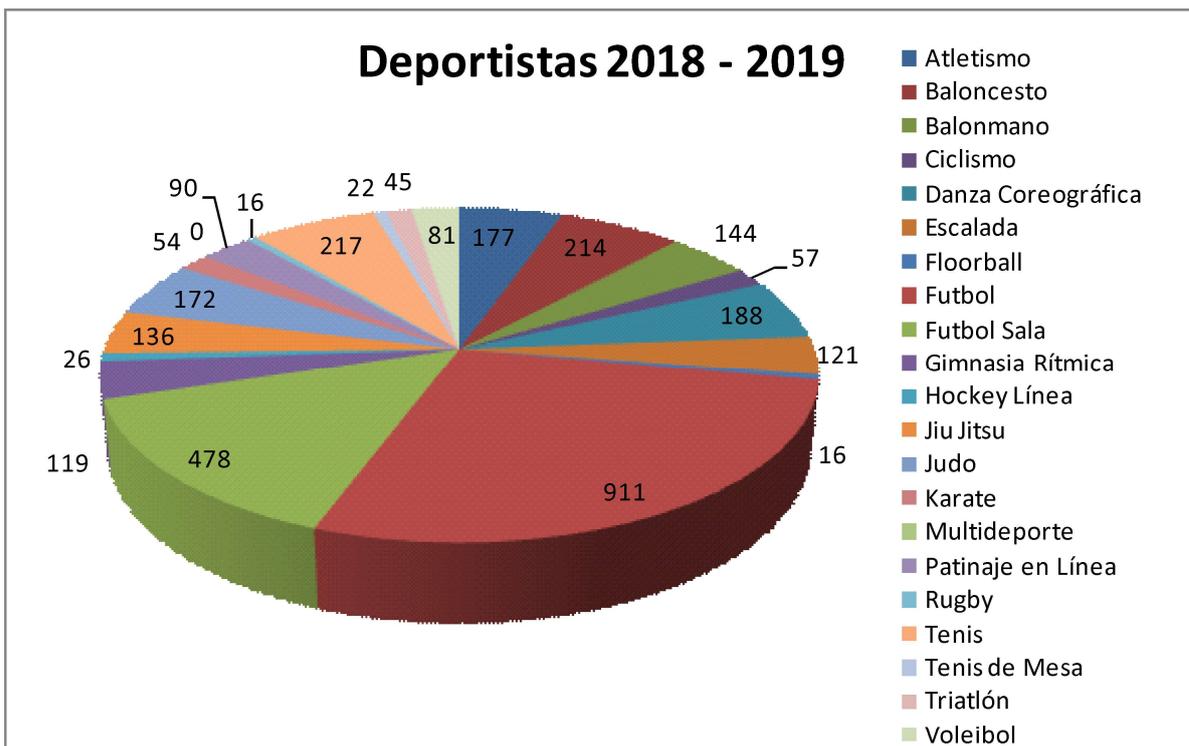
En esta segunda gráfica, tras la puesta en marcha del Plan Estratégico, la oferta deportiva municipal se amplía considerablemente gracias a las entidades deportivas locales que se adhieren al Programa EEDMM y que se convierten en promotoras del Deporte en nuestra ciudad.

El número total de deportistas de entre 4 y 16 años que se inscribieron en las Escuelas Deportivas Municipales la temporada 2016 - 2017 fue de 3270, de los cuales 2447 eran chicos y 823 chicas.



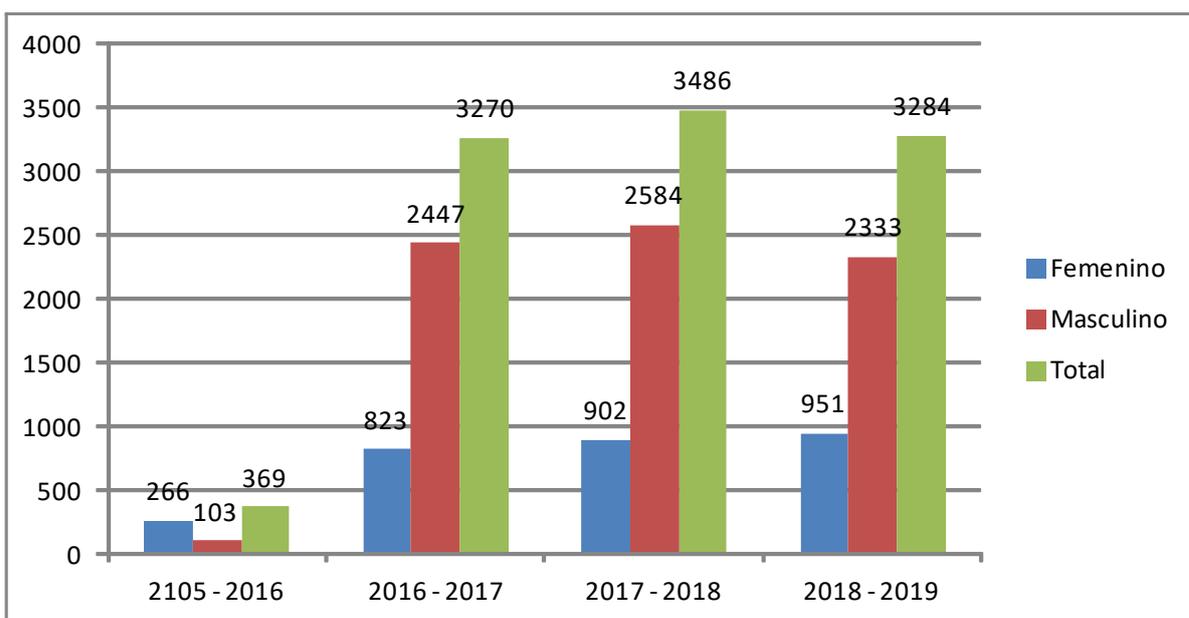
En la temporada 2017 - 2018, el número de deportistas inscritos a las Escuelas Deportivas Municipales, ascendió a 3486, alcanzando el mayor valor hasta el momento, de los cuales 2584 eran chicos y 902 chicas.

Aunque el número de deportistas de género masculino es mucho mayor, se observa que cada vez son más las chicas que deciden incorporar la actividad física en sus vidas.



Esta es la gráfica de esta temporada 2018 - 2019, en la que el número de deportistas inscritos ha sido de 3284, de los cuales 2333 son usuarios masculinos y 951 usuarias femeninas. Se observa que el número de chicos ha bajado respecto a la temporada anterior, debido a la baja de dos entidades de fútbol, un deporte mayoritariamente masculino. Por otro lado, una buena noticia es que el número de chicas que practican deporte se ha incrementado esta temporada y sigue creciendo.

EVOLUCIÓN

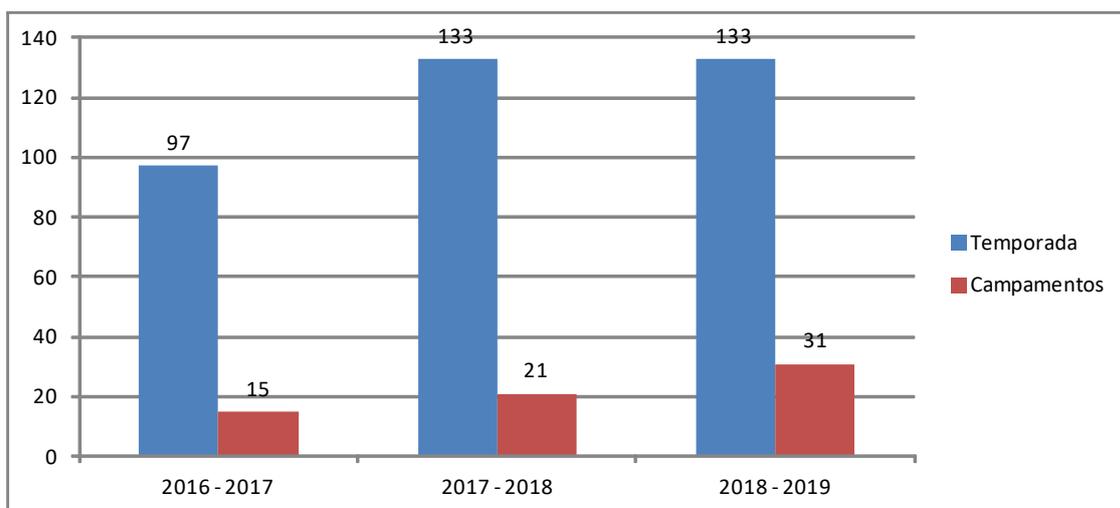


En esta gráfica se puede observar la evolución de nuestras Escuelas Deportivas Municipales desde la temporada 2015 - 2016, antes de la incorporación del Plan Estratégico, hasta la actualidad. Muchas son las entidades que continúan con nosotros desde el comienzo. Alguna entidad ha causado baja y otras se han incorporado con modalidades deportivas que no ofertábamos.

Se ha ido consolidando en el tiempo un amplio abanico de actividades deportivas durante el periodo vacacional (Navidad, Semana Santa y verano), los Campamentos Deportivos Municipales. Éstos son promovidos por las entidades deportivas locales y de ellos está pudiendo beneficiarse nuestra población en edad escolar. Por un lado ayudan a la conciliación familiar y por otro lado son una excelente alternativa saludable contra el aburrimiento y la inactividad.

También se han generado eventos que organizan las entidades deportivas en fechas determinadas y que se repiten en el tiempo como "el día del niñ@", "el día internacional de las personas con discapacidad", " el día de la mujer", etc.

Cabe hacer mención del Programa de Becas por el cual, familias con bajos recursos o en riesgo de exclusión social, derivad@s desde Servicios Sociales, pueden llevar a sus hij@s a practicar actividad física en nuestras Escuelas Deportivas Municipales. Much@s de ell@s continúan practicando deporte con la misma entidad y compañer@s con l@s que empezaron.



Se ha conseguido, por tanto, un primer objetivo de integración sobre la base de la solidaridad, que han entendido a la perfección los clubes y asociaciones participantes. Las Concejalías de Servicios Sociales y Deportes colaboran para la correcta adjudicación de dichas plazas bonificadas, garantizando la normalización en el acceso a la actividad física de base y promocionando hábitos saludables a través del ejercicio y del deporte.

ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES 2016 - 2019:

MODALIDAD DEPORTIVA	ENTIDAD DEPORTIVA	Temporada 2016 - 2017	Temporada 2017 - 2018	Temporada 2018 - 2019
AJEDREZ	CDE MULTIPARLA			
ATLETISMO	CA LYNZE PARLA			

	CDE MULTIPARLA			
BALONCESTO	CD LA PAZ			
	CDE MULTIPARLA			
	CDE PARLA BASQUET			
BALONMANO	CB PARLA			
CICLISMO	CC FCO NIEVES			
DANZA COREOGRAFICA	CDE AVANTGARDE			
ESCALADA	CE GORILA			
FLOORBALL	CDE PARLA FLOORBALL			
FUTBOL	AD PARLA			
	CP PARLA ESCUELA			
	CC EL FERIA			
	CDE FAIRPLAY PARLA			
	CDE UNION 2000			
	CDE METROPOLITANO BLP			
FUTBOL SALA	CDE FS DIAGONAL			
	CDE SPORT SALA 12			
GIMNASIA RITMICA	CDE GR LLUNA			
HOCKEY LINEA	CDE ROLLYBEARS			
JIU JITSU	CDE JITTSU CLUB PARLA			
	CDE EL RINCON DE JIU JITSU			
KARATE	CK FCO. MAYORAL			
	A SENKIKAN DOJO			
	CDE SERGIO MARTÍNEZ			
MULTIDEPORTE	CDE BALONMANO PARLA			
PADEL	CDE AMIGOS TENISTAS PARLA			
PATINAJE EN LÍNEA	CDE PATÍN PARLA			
RUGBY	CDE MULTIPARLA			
	CDE QUIJOTE RUGBY CLUB			
TAEKWONDO	CDE EL RINCON DEL JIU JITSU			
TENIS	CDE AMIGOS TENISTAS PARLA			
TENIS DE MESA	CDE TENIS DE MESA PARLA			
TRIAL BIKE	TEAMSBX			
TRIATLON	CDE CT 401			
	CDE MULTIPARLA			
	CLUB TRIATLON LAS AMERICAS			
VOLEIBOL	CDE PARLA VOLEY			
YUDO	CDE WLAC YUDO			
	CDE EL RINCON DEL JIU JITSU			

En la tabla anterior se puede observar cada una de las entidades que se han adherido al Programa de Escuelas Deportivas Municipales desde que comenzamos con el Plan Estratégico y de actuación en materia deportiva del Ayuntamiento de Parla, con las

modalidades deportivas que se han ofertado. Aparecen en sombreado las temporadas que han estado en activo.

Desde la Concejalía de Deportes, debemos estar presentes en todas y cada una de las acciones y eventos establecidos, fomentando acciones donde la participación de centros educativos, clubs y entidades sea más visible, compartiendo lazos de unión entre los mismos, e iniciativas propias que, con nuestra colaboración y acciones coordinativas puntuales, puedan formar parte también de un calendario y un programa anual, así como en la Guía de Recursos.

FUTURO DEL PROGRAMA

Los resultados que se tienen que ir produciendo tienen que ir encaminados a la incorporación a la actividad física de nuestra población en edad escolar.

A la implicación cada vez mayor de las entidades deportivas locales e incorporación de algunas más con el fin de trabajar bajo las mismas directrices garantizando el máximo grado de calidad en cuanto a contenidos y a profesionales cualificad@s destinados a buscar el mayor grado de excelencia del deporte en Parla.

Hacer llegar el deporte y la actividad física a nuestra población en edad escolar, sea cual sea su situación social.

Es ahora cuando se está dando mayor visibilidad a todas las acciones que se van desarrollando en la Concejalía de Deportes desde que comenzamos, los logros que se van consiguiendo a nivel deportivo, haciendo llegar a la ciudadanía de Parla la información necesaria sobre actividad física y deporte, eventos puntuales que se llevan a cabo en nuestra ciudad y disfrutando con las actividades que se ofertan en los periodos vacacionales y deberemos seguir trabajando en esta línea.

CONCLUSIÓN

Queremos destacar la importancia que tiene el Programa de Escuelas Deportivas Municipales en la promoción y difusión del deporte en nuestra ciudad, creando una interesante oferta de actividades deportivas dirigida a nuestr@s jóvenes de entre 4 y 16 años. De esta forma acercamos el deporte a sus vidas y les alejamos del sedentarismo. Es muy importante que desde la infancia se adquieran hábitos saludables, como practicar de manera diaria ejercicio físico y comer adecuadamente, para prevenir en un futuro próximo problemas cardiovasculares y patologías propias de la inactividad.

Por otro lado, destacar la gran labor que están realizando las Entidades Deportivas adheridas al Programa de Escuelas Deportivas Municipales sin las cuales no se podrían llevar a cabo muchos de los proyectos, programas y acciones formativas que se implementan en la Concejalía de Deportes y que nos enriquecen a tod@s por igual.

Es fundamental el trabajo de concienciación que realizan l@s técnic@s deportiv@s de la Concejalía de Deportes con padres, madres, deportistas, entrenadores/as, técnic@s y entidades deportivas a través de las redes sociales, proyectos, programas, acciones formativas y cursos en los que se abordan temas tan importantes como el juego limpio, se promueve el deporte femenino, la inclusión, la igualdad de género, entre otros muchos, haciéndoselo llegar a toda la ciudadanía de Parla.

Por todo ello, formar parte de este Plan Estratégico engrandece a tod@s los que trabajan, se benefician y disfrutan de él. Nos ayuda a adquirir valores tan importantes en el Deporte como el esfuerzo, la superación, la perseverancia, la igualdad, el respeto, la solidaridad y el compañerismo, éxito personal y colectivo, entre otros muchos. Crea hábitos de vida saludables en nuestra población en edad escolar lo cual generará mejoras en su organismo tanto a nivel psicomotriz y social.

PRACTICA DEPORTE, PRACTICA SALUD

INFORME MEMORIA PROGRAMA ARES

DESCRIPCIÓN

El proyecto ARES pertenece al programa ACTIVIDADES DIRIGIDAS, diseñado dentro del Plan Estratégico de Deportes 2015-2019.

El objetivo de este plan de actuación será el de mantener y mejorar nuestra oferta de actividades dirigidas y la calidad de las mismas. Por ello hemos dado a este plan de actuación el nombre del dios de la guerra "Ares", ya que esta misión será una lucha constante con las empresas concesionadas de Forus y para el plan estratégico 2019-2023 se incluye la empresa concesionada de Supera, para conseguir su óptimo funcionamiento en beneficio de los ciudadan@s de Parla.

ARES dios de la guerra , sería la continuación del antiguo programa de actividades dirigidas gestionadas directamente por el Ayuntamiento de Parla, y que desde 2016 se ha derivado a las instalaciones gestionadas por la empresa FORUS, donde se desarrolla un plan de actuación, seguimiento y coordinación de las actividades dirigidas que se imparten para mayores de 16 años. Además de incluir para el nuevo Plan Estratégico de Deportes 2019-2023 la instalación de Supera, como hemos dicho anteriormente y que no incluiría sólo las antiguas clases dirigidas sino el control de toda la oferta deportiva tanto de abonados como de cursillistas para seco y para húmedo.

Desde septiembre del 2016, hemos tratado de estar informados de las necesidades del alumnado de las actividades dirigidas del proyecto ARES, mediante las siguientes acciones:

- Visitando las instalaciones periódicamente para estar en contacto con l@s usuari@ y atender cualquier necesidad o sugerencia.
- Atender las peticiones del alumnado en cuanto al material necesario.
- Entrega de encuestas al alumnado para elaborar informe de necesidades en cuanto a instalación, profesorado, limpieza,...a principio y o al final de curso.

ANÁLISIS

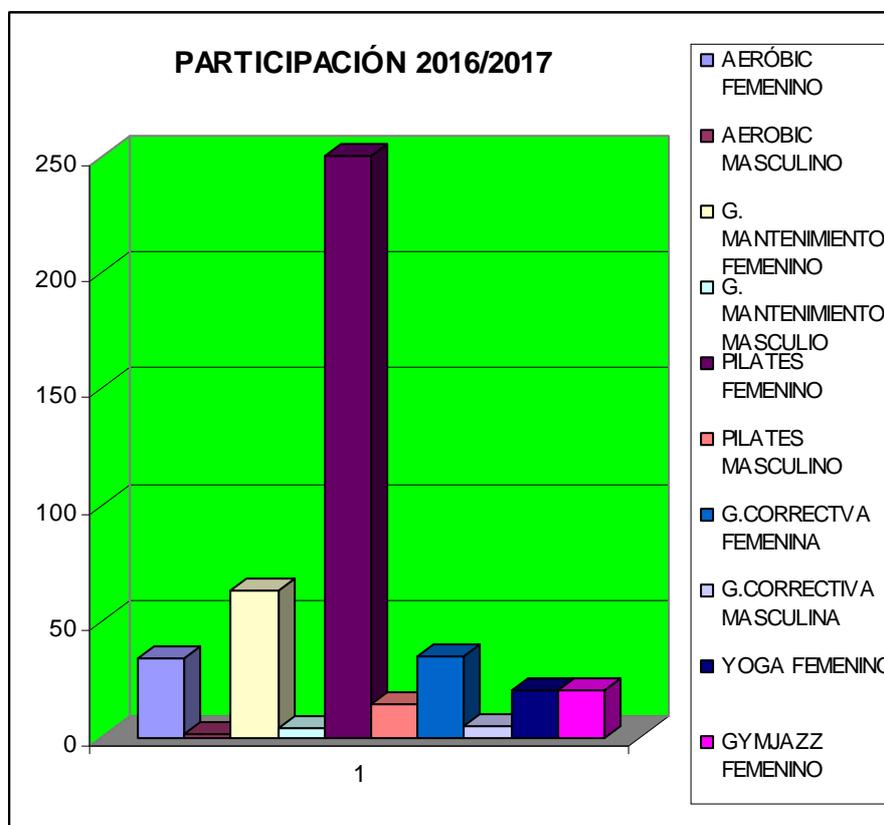
En la Concejalía de Deportes, nos encontrábamos con una plantilla envejecida, desmotivada y con un sistema obsoleto; con el programa Ares desde septiembre 2016 apostamos por la innovación en cuanto a reubicar las actividades dirigidas para adultos a instalaciones gestionadas por la empresa FORUS, y así liberar los recursos humanos de la Concejalía y estar presentes en todos los procesos relacionados con la Actividad Física y el Deporte y poder trabajar con un modelo de gestión por área o unidad

Las Actividades Dirigidas comienza hace años en la Concejalía de Deportes con las actividades de Gimnasia de Mantenimiento, últimamente llamada A. F. S. (Actividad Física Saludable), Pilates, Aeróbic y Gimnasia de tercera Edad ubicadas en los pabellones de Castillejo, Cantueña y Nido. Con el Plan Estratégico y de Actuación en materia deportiva del Ayuntamiento de Parla en la temporada 2016/2017 estas

actividades excepto tercera edad se han derivado a las instalaciones gestionadas por la empresa FORUS en el Polideportivo Francisco Javier Castillejo y Balneario.

El proyecto de Actividades dirigidas, rebautizado con el nombre de programa Ares, se ha trasladado en su totalidad de las instalaciones deportivas municipales de gestión directa a las instalaciones deportivas municipales bajo concesión administrativa y gestionadas por la empresa Parla Sport 10 SL (Forus), punto este recogido en el PPT de concesión, este cambio de ubicación así como de profesorado, nos hizo valorar un posible impacto negativo sobre los usuarios de un 12%, basándonos en estimaciones de procesos similares. Los grupos ofertados han sido 25 (2 Aeróbic, 3 G. Mantenimiento, 11 Pilates Balneario y 9 de Pilates Sala Combate). Los datos en referencia a este proyecto nos han sorprendido gratamente, en el primer trimestre del curso 2015-2016, el número total participantes en este programa fue de 349 personas, pasando en el 2016-2017 a 446 participantes o lo que es lo mismo 97 nuevas altas en las diferentes actividades, lo que se traduce en un 23% de aumento. En 2017-2018 a 464 participantes y en 2018-2019 a 493 participantes. Cabe reseñar que después de las lógicas reticencias iniciales y algunos desajustes propios del cambio, y debido en gran medida al minucioso seguimiento por parte de los técnic@s de esta Concejalía, la actividad transcurre por los parámetros normales, poniéndose de manifiesto los aspectos positivos que determinaron la toma de la decisión de modificar el programa original.

DATOS DE PARTICIPACIÓN



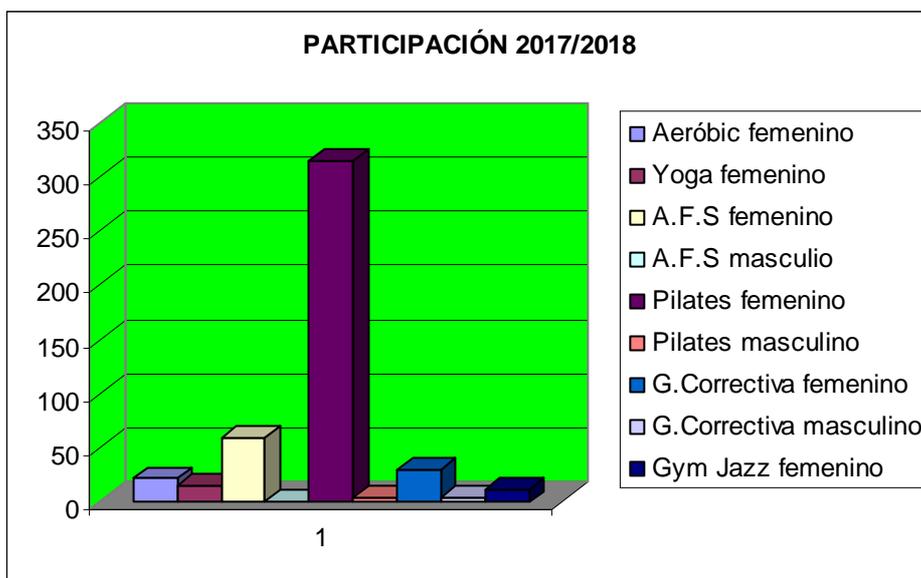
Los datos que ahora disponemos, mediante los cuestionarios que hemos repartido entre el alumnado y con los datos de ocupación que nos envía FORUS, son de participación y su posterior evaluación. Se trata de generar calidad en las clases y en la instalación y estar siempre en contacto continuo con el alumnado y que no se sientan olvidad@s.

EVOLUCIÓN

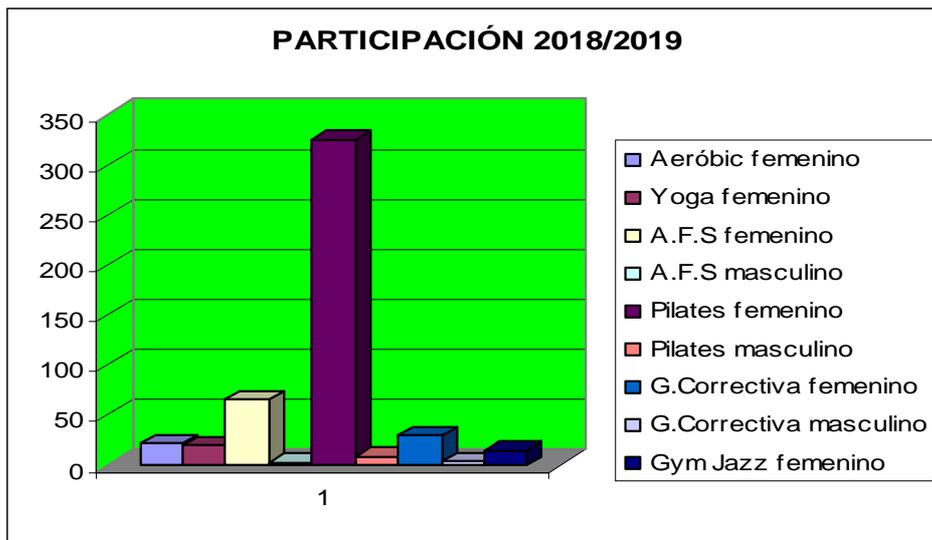
1.- Los técnicos del área 3 de la Concejalía de Deportes elaboramos un **informe**, detallando el seguimiento que se lleva a cabo del funcionamiento de las actividades dirigidas de adultos en las instalaciones de FORUS adscritas a este programa. Con este informe se pretende recoger toda información que nos sirva para baremar el grado de satisfacción del usuario y resolver cualquier incidencia que pueda surgir a lo largo del curso.

- ✓ Controlar y supervisar el material e instalaciones utilizadas.
- ✓ Supervisar la oferta “reglada” de las Actividades Dirigidas.
- ✓ Comunicación con monitoras/es.
- ✓ Comunicación con usuarios/as.

2.-Mediremos a través de unas **encuestas** el grado de satisfacción de los/as usuarios/as y a través de FORUS que enviará la memoria con el número de usuarios y bajas se establecerá si la oferta de actividades ha funcionado y mantenemos los mismos grupos o algún grupo debe desaparecer.



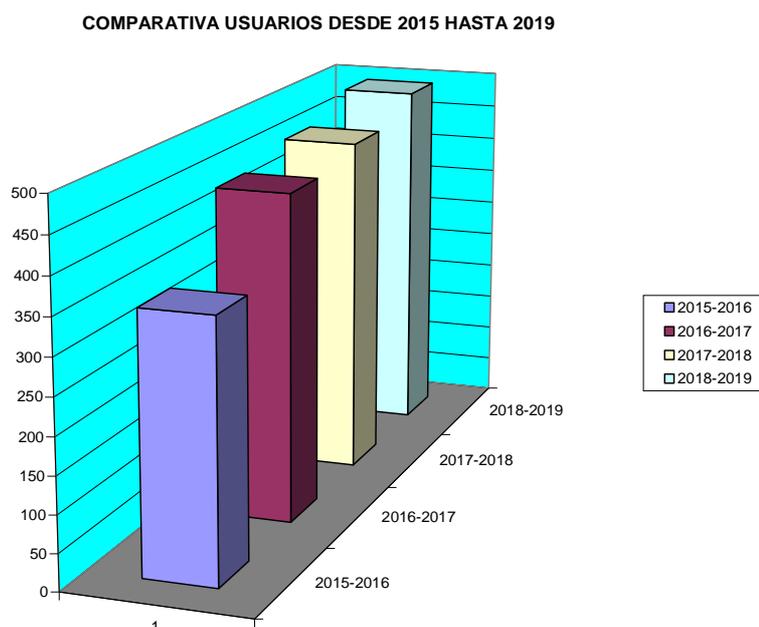
Como podemos observar en la gráfica las actividades dirigidas ofertadas han aumentado en el curso 2017/2018 pasando de 349 participantes a 464 participantes.



En la temporada 2018/2019 sigue aumentando la participación, pasando de 464 a 493 participantes dónde la gran mayoría son mujeres. El programa Ares lo practican mayormente mujeres con edades comprendidas entre 30 y 60 años.

FUTURO DEL PROGRAMA

Tras los informes cuantitativos sobre los resultados de las encuestas realizadas a través de la Concejalía de Deportes y de la memoria trimestral/anual elaborada por parte de FORUS en cuánto a inscripciones y bajas se establecerá el continuar ofertando los mismos grupos o reducir/aumentar la oferta, según demanda. Seguiremos teniendo un seguimiento del personal que trabaja dando las clases dirigidas con su titulación correspondiente para que las clases sean dirigidas por un profesional titulado según Ley del Deporte 6/2016. Y por último controlar anualmente el material y las condiciones de la instalación dónde se imparten las clases.



Como muestra el gráfico temporada tras temporada ha ido aumentando el número de usuari@s que realizan actividades dirigidas por lo tanto nuestra misión es seguir con el Proyecto Ares y dar la posibilidad a la ciudadanía de Parla de contar con esta opción de clase y no sólo clases de abonados en las empresas concesionadas de Forus y Supera.

CONCLUSIÓN

Desde la Concejalía de Deportes continuaremos trabajando por y para la población adulta en el sector de actividades dirigidas para mayores de 16 años en la ciudad de Parla, combatiendo al sedentarismo y fomentando la práctica de actividad física y deportiva.



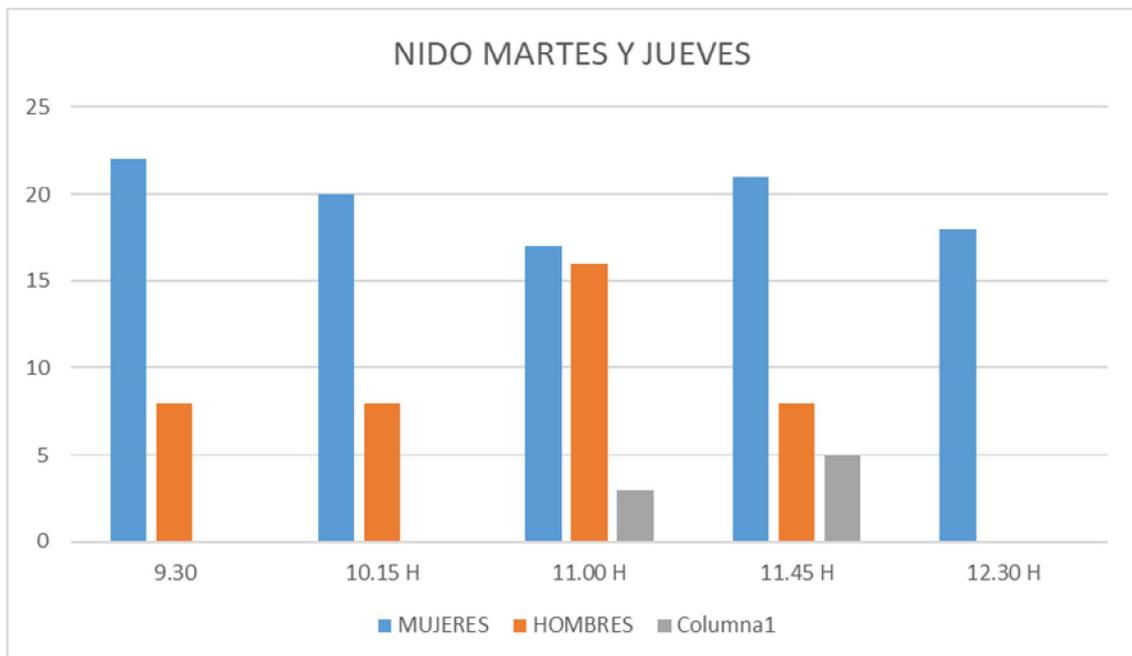
“MAYORES EN MOVIMIENTO” 2019

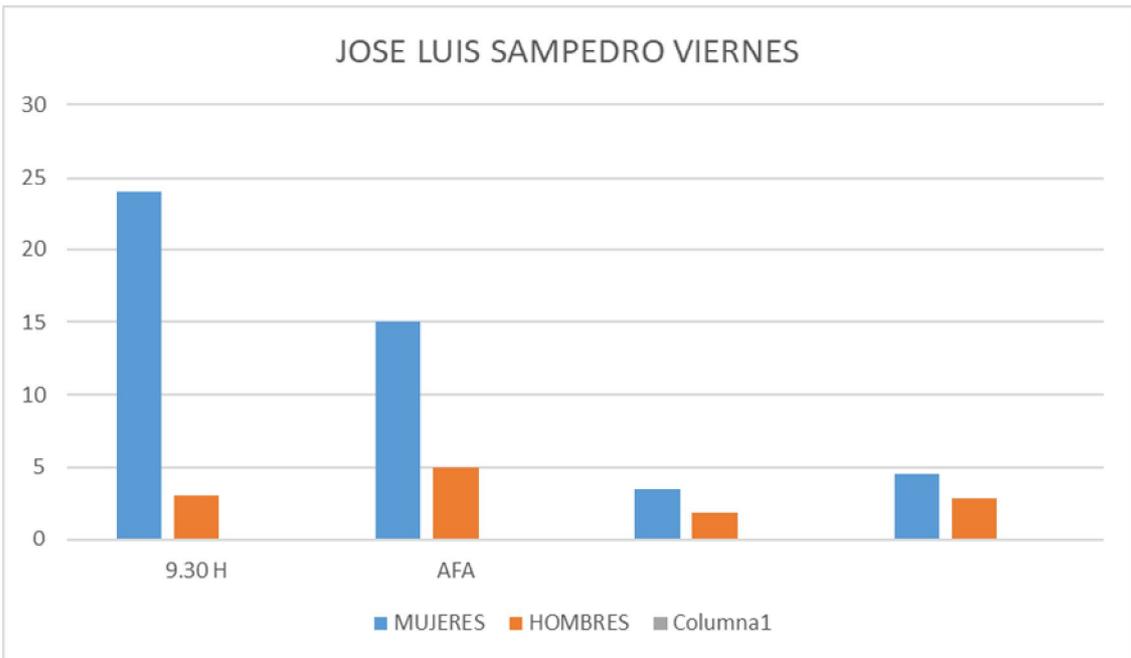
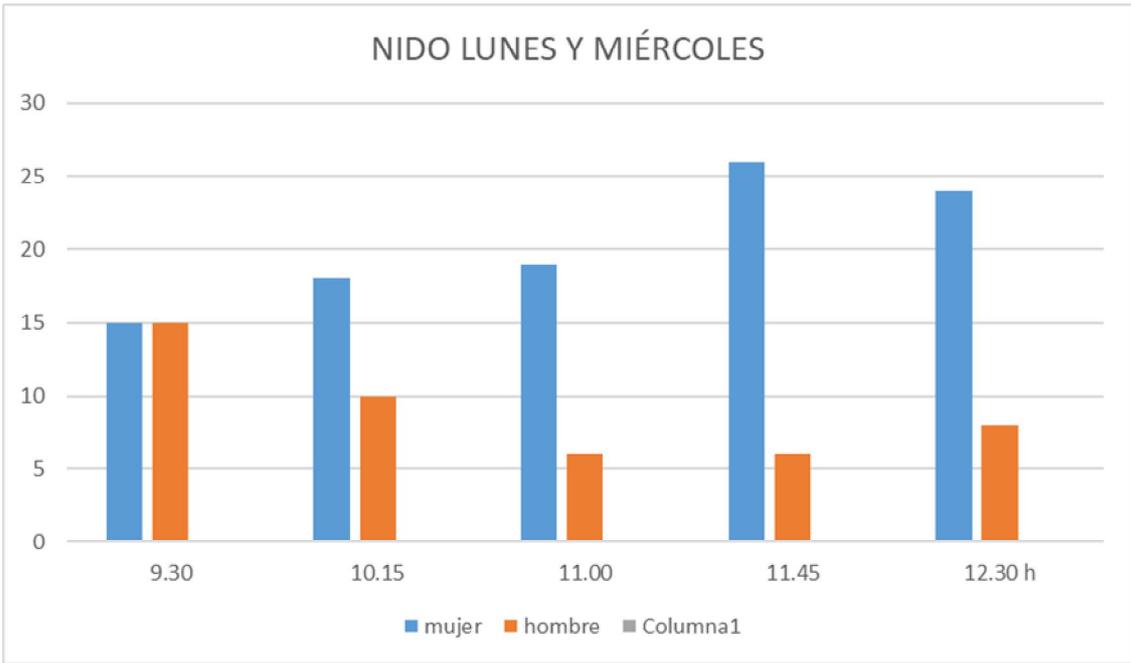
DESCRIPCIÓN:

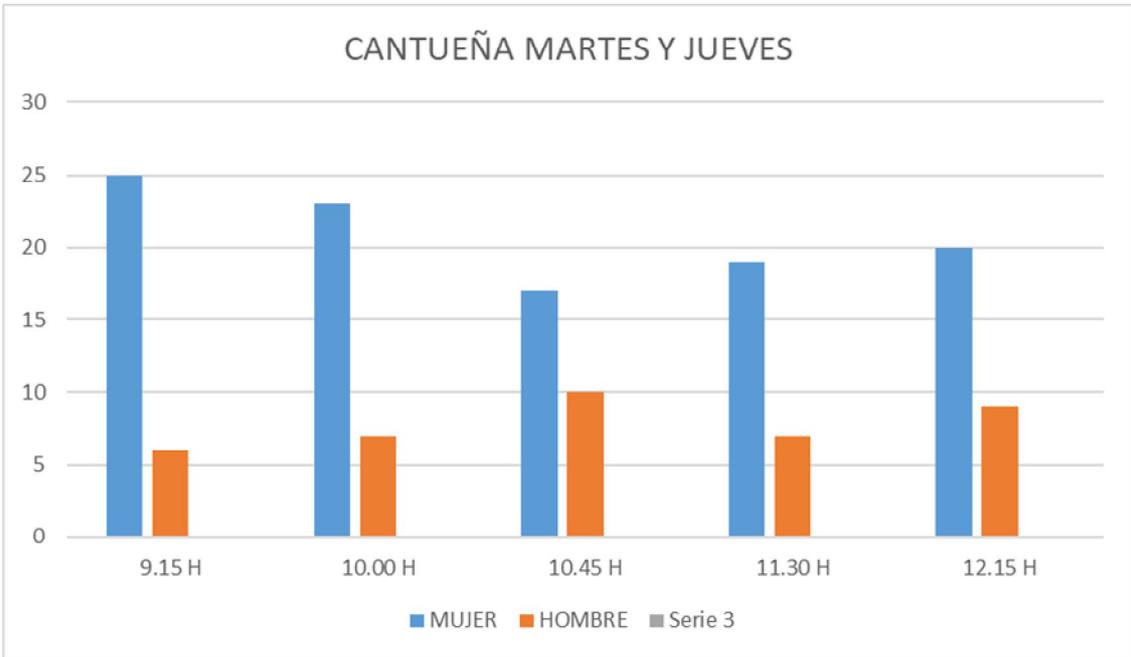
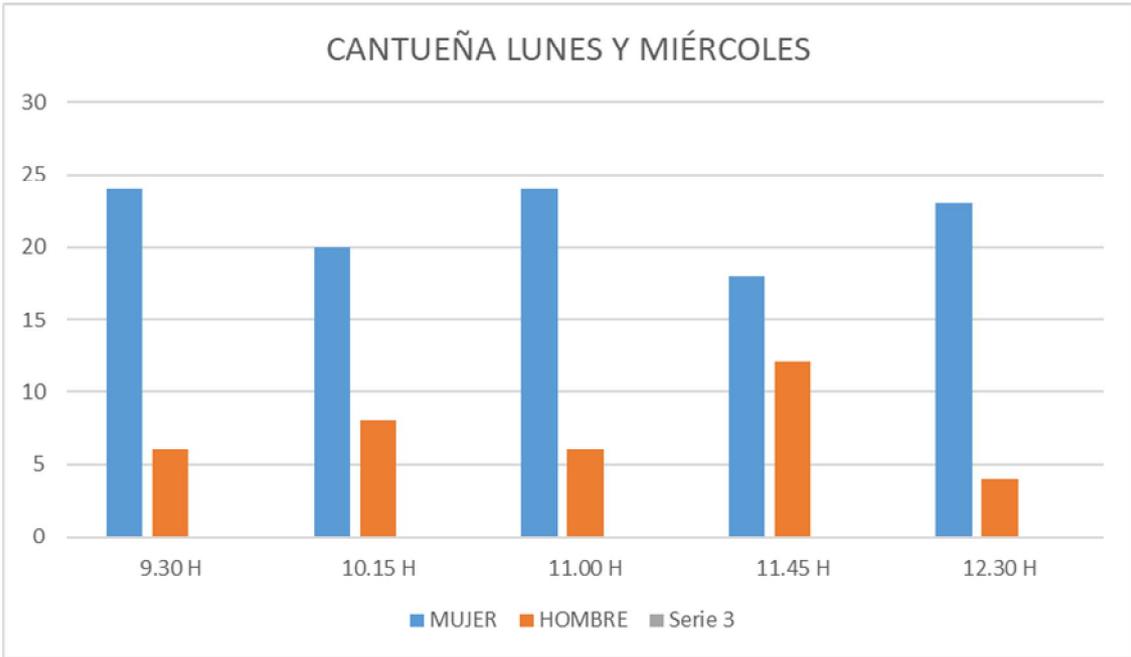
Desde la Concejalía de Deportes creamos este programa integrado por diferentes actividades, proyectos y propuestas y que va dirigido a personas mayores.

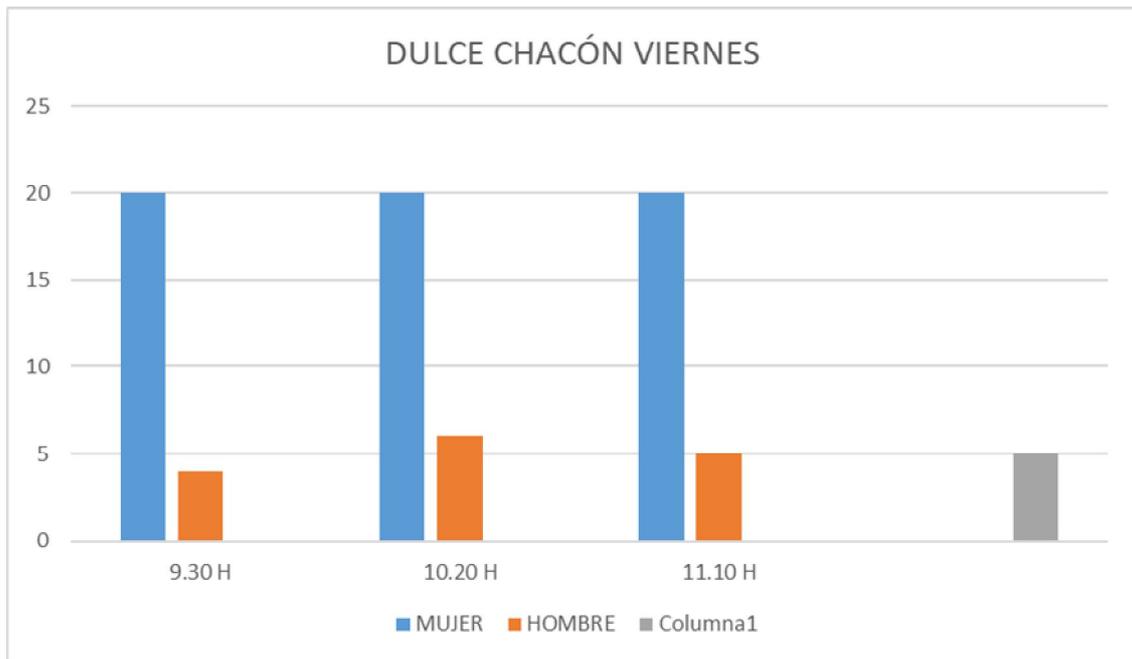
A través de dicho programa ofrecemos una amplia variedad de actividades diseñadas para desarrollar las diferentes cualidades físicas básicas de las personas que lo forman, teniendo en cuenta el aspecto lúdico-recreativo y las relaciones afectivo-sociales

DATOS DE PARTICIPACIÓN:









EVOLUCIÓN CUALITATIVA Y CONCLUSIONES

CANTUEÑA Y DULCE CHACÓN

CICLO DE CHARLAS,

Viernes, 25 de enero de 2019 - Dulce Chacón

“Somos mayores?... y qué!”

Viernes, 22 de febrero de 2019 - José Luis Sampedro

“Artrosis e hipertensión”

Viernes, 22 de marzo de 2019 - Dulce Chacón

“Trastornos depresivos en mayores”

Viernes, 12 de abril de 2019 - José Luis Sampedro

“Insomnio y Actividad Física”

Viernes, 17 de mayo - Dulce Chacón

“Alimentación saludable en mayores, recomendaciones para un verano saludable”

JORNADAS ACUÁTICAS

25 de abril, para el grupo de La Cantueña L/X de 10:00a 10:45

25 de abril, para el grupo de La Cantueña M/J de 11:00 a 11:45

7 de junio, para el grupo “Viernes Saludables” (Dulce Chacón) de 11:00 a 11:45

JORNADAS ACTIVAS MAYORES EN MOVIMIENTO

13 de marzo - “ Bailamos ayer, Bailamos hoy”.

Jornada intergeneracional, sesión realizada con l@s alumn@s del IES Patarroyo

14 de marzo - Charla informativa “Vamos a comer saludable” En la casa de la Juventud, realizamos una ruta andando hasta la Casa de la Juventud

RUTA POR LA IGUALDAD

Realizada el 9 de marzo, a mitad de camino de la ruta se realiza una sesión de zumba.

FIESTA FIN DE CURSO

Se realizó el 12 de junio en la Casa de la Juventud donde se visualizará un video con todas las actividades realizadas y además una sesión de zumba.

OBSERVACIONES Y SUGERENCIAS:

1. Muchos de l@s alumn@s principalmente de los martes y jueves se quejaban de la falta de espacio, dado que estos dos días solo disponíamos de un tercio de la pista.
2. Cuando venían los niños del IES Patarroyo había mucho ruido y no me escuchaban.
3. Algunos de los niños del IES Patarroyo interrumpían la clase pasando por debajo de la cortina llegando a empujar a alguna persona.
4. El grupo de lunes y miércoles de las 11:30 me pedía siempre más caña dado que era un grupo más joven pero cuando se ampliaba el ritmo de la sesión no estaban conformes algunos de l@s participantes dado que se cansaban demasiado.
5. En todo el curso solo hemos sufrido 5 caídas y todas han sido leves, los alumn@s se han levantado y se han ido a casa por su propio pie.
6. Algun@s alumn@s me pedían ejercicios de suelo, pero luego a la hora de hacerlos no podían tumbarse en el suelo.
7. A la hora de realizar rutas o proponer algo fuera de las clases en principio todos l@s alumn@s están interesados, pero cuando llega el día se presentaba solo un cuarto de la clase.
8. Hay mucha variedad de edad en los grupos y es un impedimento a la hora de realizar las sesiones
9. Hay algunas señoras como Ángela y Teresa Brijidano que no pueden realizar la mayoría de las sesiones y deberíamos redirigirlas a los grupos del José Luis Sampedro. Por lo tanto, creo que deberíamos valorar y redirigir a algun@s de l@s participantes.
10. En los grupos de los viernes muchas personas no asistían a los ciclos de charlas dado que al tener clase a la misma hora no les daba tiempo y tampoco tenían como desplazarse para llegar.
11. L@s alumn@s se quejan de que las charlas son repetitivas.

EVALUACIÓN CUALITATIVA NIDO Y JOSE LUIS SAMPEDRO

CICLO DE CHARLAS

Viernes, 25 de enero de 2019 - Dulce Chacón

“Somos mayores?... y qué!”

Viernes, 22 de febrero de 2019 - José Luis Sampedro

“Artrosis e hipertensión”

Viernes, 22 de marzo de 2019 - Dulce Chacón

“Trastornos depresivos en mayores”

Viernes, 12 de abril de 2019 - José Luis Sampedro

“Insomnio y Actividad Física”

Viernes, 17 de mayo - Dulce Chacón

“Alimentación saludable en mayores, recomendaciones para un verano saludable”

JORNADAS ACUÁTICAS

8 de mayo, para el grupo del Nido L/X de 10:00 a 10:45

8 de mayo, para el grupo del Nido M/J de 11:00 a 11:45

7 de junio, para los grupos “Toni-Relax” y “AFA” (Centro de mayores José Luis San Pedro) de 11:00 a 11:45

JORNADAS ACTIVAS MAYORES EN MOVIMIENTO

13 de marzo -" Bailamos ayer, Bailamos hoy".

Jornada intergeneracional, sesión realizada con l@s alumn@s del colegio Aquila

14 de marzo - Charla informativa "Vamos a comer saludable" En la casa de la Juventud

RUTA POR LA IGUALDAD

Realizada el 9 de marzo, a mitad de camino de la ruta se realiza una sesión de zumba.

FIESTA FIN DE CURSO

Se realizó el 12 de junio en la Casa de la Juventud donde se visualizará un video con todas las actividades realizadas y además una sesión de zumba.

INFORME DE MEMORIA PROYECTO “VDP” VOLUNTARIADO DEPORTIVO DE PARLA 2018/2019

DESCRIPCIÓN

Dentro del Plan Estratégico 2015-2019 de la Concejalía de Deportes, concretamente el curso 2017/18, se creó el Programa de Voluntariado Deportivo de Parla con el objetivo fundamental de fomentar, promover y regular la participación solidaria de los/as ciudadanos/as de nuestro municipio, en el desarrollo de las acciones de voluntariado, en el área de actuación del deporte como actividad de interés general, mediante entidades que desarrollen programas de acción voluntaria deportiva y el establecimiento de ámbitos de colaboración entre el Ayuntamiento de Parla con las entidades sin ánimo de lucro que permitan un desarrollo eficaz de este sector.

Además, hemos creado este programa, con el fin de mejorar la organización y recursos que el voluntariado aporta, estructurando deberes, pero también derechos, que cualquier persona voluntaria posee, centrando fundamentalmente estas acciones voluntarias, en el desarrollo y organización de los eventos deportivos que las entidades de Parla realicen en nuestra ciudad.

ANÁLISIS

Hasta ahora los eventos deportivos se organizan y desarrollan gracias a las personas que, pertenezcan o no, a una entidad deportiva, colaboran de alguna manera con las Entidades que promueven dichos eventos.

Estas acciones voluntarias no están estructuradas dentro de ningún marco legal, salvo el de la buena voluntad de las personas que participan en su desarrollo, que en su mayoría están vinculadas a entidades deportivas, padres, madres, etc.

Con la idea de hacer extensiva esta posibilidad de participación a toda la ciudadanía y de hacerla de una manera estructurada, organizada y bajo el marco legal de la Ley de Voluntariado autonómica 1/2015, se crea este programa.

Una vez desarrollado el proyecto se da a conocer, en una reunión general convocada en la Concejalía de Deportes, a todas las EEDDMM y Entidades Deportivas de Parla. La asistencia es bastante poca por lo que se decide hacer reuniones individuales con cada una de ellas.

Desde septiembre de 2018 se van manteniendo reuniones individuales para poder tener unos mejores resultados de implicación y participación en el proyecto.

Se da conocimiento de la posibilidad de convertirse en entidad deportiva de acción voluntaria (EDAV) o en persona voluntaria deportiva (VDP), siendo las entidades las que promuevan la participación entre los socios de su entidad, madres, padres, tutores legales, deportistas, etc. Se promueve también entre el alumnado de TEAS y TAFAD del IES El Olivo y Colegio Aquila y en toda la ciudadanía en general con carteles y folletos en edificios municipales y demás asociaciones.

Entablamos con el PIV de Parla el compromiso de inscribir a las personas y asociaciones interesadas en su base de datos, siendo la Concejalía de Deportes la que gestione la petición y organización del voluntariado deportivo.

Desde el PIV se gestionará la posibilidad de ofrecer cursos de formación de la Escuela de Voluntariado de la Comunidad de Madrid, así como desde diferentes departamentos municipales como Protección Civil de Parla y la propia Concejalía de Deportes.

DATOS DE PARTICIPACIÓN

A lo largo de la temporada 2018/19 hemos mantenido las siguientes reuniones individuales presentando el proyecto con las siguientes entidades deportivas:

1. CA Lynze Parla
2. CD La Paz
3. CD Parla Basquet
4. CD Balonmano Parla
5. CDE Fairplay Parla
6. CDE Sport Sala 12
7. CDE Quijote Rugby Club
8. CDE Parla Voley
9. CDE Wlac Judo
10. CD Gorila

Visitamos al alumnado de FP grado medio y superior de TAFAD y TEAS de:

1. IES El Olivo
2. Colegio Aquila

Hemos captado un total de 7 VDP de los cuales 6 son pertenecientes a los/as alumnos/as de prácticas TAFAD y 1 que vio la publicidad en edificio municipal.

EVOLUCIÓN

La primera temporada de presentación y captación no conseguimos que ninguna entidad ni persona se adhiriera al proyecto. Se realizaron reuniones generales en las que la participación fue muy baja.

Por lo tanto, se decidió que lo más conveniente sería concertar reuniones personales con las directivas de las entidades deportivas y centrarnos en un perfil poblacional más concreto, en este caso, alumnado de TEAS y TAFAD.

De esta manera, hemos conseguido que dos entidades, CD Balonmano Parla y CDE Parla Voley se comprometan a que en sus próximas reuniones generales de directivas incluirán en sus estatutos el programa de voluntariado. Además, se han inscrito 7 personas como voluntarios/as deportivos/as de Parla.

FUTURO DEL PROGRAMA Y CONCLUSIÓN

La intención fundamental de este proyecto es conseguir una ciudadanía comprometida, solidaria, activa y educada en valores.

De esta manera en la temporada 2019/20 centraremos nuestros esfuerzos en la presentación del proyecto a los/as escolares de los IES de Parla de 4º de ESO y 1º y 2º de BCHT y seguiremos concertando reuniones individuales con las EEDMM y Entidades deportivas de Parla, con la intención de conseguir un mayor compromiso en la adhesión al programa de Voluntariado Deportivo.

Pretendemos tener un censo de personas voluntarias deportivas que permita realizar cualquier evento deportivo o cualquier acción voluntaria deportiva que se desarrolle en nuestra ciudad, con los mejores parámetros de excelencia en cuanto a organización y desarrollo de las mismas.

INFORME MEMORIA ALUMNADO PRÁCTICAS

DESCRIPCIÓN

El programa “Prácticas” se diseña dentro del Plan Estratégico de Deportes 2015-2019 y comienza en la temporada 2016/2017 mediante un convenio con la Universidad Politécnica de Madrid, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, posteriormente en el 2017/2018 se firma un convenio con el Centro Educativo Aquila Parla y en la temporada 2018/2019 se adhiere el TAFAD Olivo que ya tenía el convenio firmado desde hace años.

Por tanto Prácticas tiene dos vertientes:

- Alumnado INEF: comienzan las prácticas en noviembre y finalizan en mayo; 150h (M/J 09:00-14:00h)
- Alumnado TAFAD: comienzan las prácticas en marzo y finalizan en junio; 365h (L/M/X/J/V 09:00-15:00h)

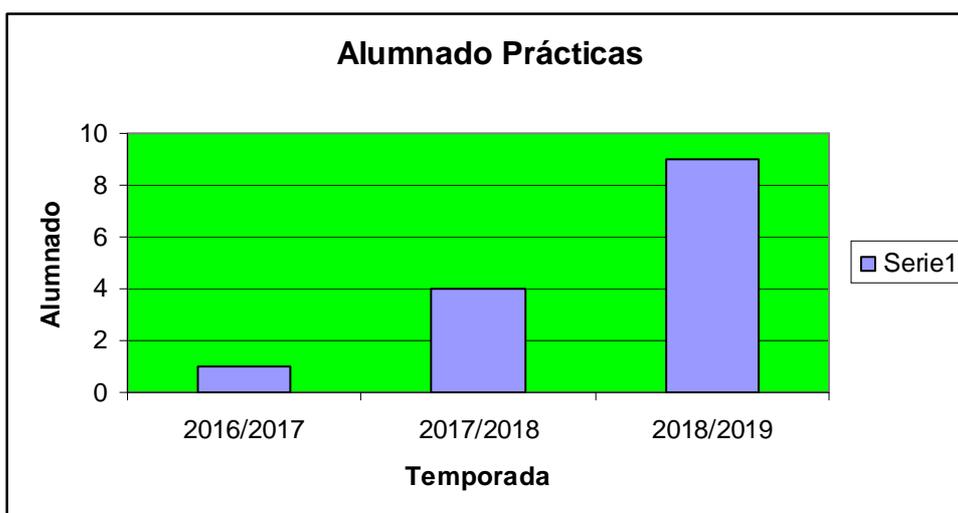
Desde noviembre del 2016, hemos tratado de formar al alumnado en prácticas desde la gestión para l@s alumn@s de INEF hasta un nivel más práctico asistiendo a las clases de las actividades dirigidas (Forus) y de mayores en movimiento para el alumnado de los TAFAD Aquila y Olivo, mediante las siguientes acciones:

- INEF: Ser capaces de elaborar su propio proyecto (Metrominuto), elaboración de memorias, asistir a reuniones de dirección,..
- TAFAD: Pintada de huellas en Proyecto Hermes, realización de rutas activas Hermes, asistir a las clases de Proyecto Higiene Postural y Juega, ver y realizar las clases de las Actividades Dirigidas como G. Mantenimiento, Pilates, Mayores en Movimiento, participar en los proyectos de le unidad de inclusión y en todo lo que la Concejalía de Deportes programe en la temporada.

ANÁLISIS

Debemos decir que desde que comenzamos con este programa, la aceptación del alumnado ha ido aumentando. Desde que llegan a la Concejalía se les trata como a un@ más y ell@s lo valoran. Aprendemos mutuamente, ell@s nos aportan “frescura” y ganas de aprender y la Concejalía les aporta la experiencia y el saber de los años y de la nueva manera de trabajar en equipo y mediante proyectos con nuestra área y transversalmente con las diferentes áreas o unidades de la Concejalía y del propio Ayuntamiento con los diferentes departamentos. Les intentamos inculcar que el trabajo en equipo y la transversalidad van unidos.

En la siguiente gráfica queda reflejado el alumnado que han elegido esta Concejalía para su aprendizaje deportivo.



DATOS DE PARTICIPACIÓN

PRACTICAS				
	INEF	TAFAD AQUILA	TAFAD OLIVO	
2016/2017	Víctor			
2017/2018	Victoria	Luís Andrea Bianca		
2018/2019		Dorian Ángel Andrea María Raquel Olga	Juan Antonio Sergio José	

EVOLUCIÓN

Con el alumnado en prácticas pretendemos dar un servicio más dentro de la Concejalía de Deportes, en este caso de formación, por lo que en este sentido la Concejalía de Educación debe estar informada cada temporada de l@s alumn@s que tras acabar sus estudios demandan la realización de sus prácticas en la Concejalía de Deportes de Parla para finalizar su formación.

En las prácticas INEF:

- Ser capaz de analizar, diseñar, dirigir, planificar y evaluar de forma integrada los diferentes elementos de la dirección de la actividad física y el deporte.
- Fundamentar cada actuación, proceso, actividad y decisión de forma científica, eficiente y profesional así como establecer propuestas de mejora en cada una de las mismas.
- Dominar el manejo de documentación y recursos tecnológicos para aplicarlos de manera adecuada al contexto de las prácticas externa.

En las Prácticas TAFAD realizan:

- Planificación de clases colectivas
- Preparación de rutinas de entrenamiento según objetivos
- Preparación de clases colectivas con y sin soporte musical.
- Recopilación de bibliografía y búsqueda de información actualizada.
- Asistir a reuniones de Área o de Dirección.
- Colaborar en cuantas actividades de práctica y/o promoción de la actividad física en la localidad.
- Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad física.
- Organizar y planificar propuestas de acción y actividades propias de su campo profesional como TAFAD.
- Resolución con eficacia y eficiencia de problemas inherentes a su campo de conocimiento utilizando estrategias y técnicas adecuadas.
- Ser capaz de analizar, diseñar y dirigir las clases de actividad física y deporte.

FUTURO DEL PROGRAMA

Basándonos en la experiencia de estos años seguiremos aceptando todas las solicitudes del alumnado tanto de INEF como de TAFAD para seguir aportando nuestra experiencia en su formación académica, a la vez que nos vemos beneficiados en todos los eventos que organizamos y que necesitamos de su ayuda en la organización.

La misión futura de las prácticas, es la de inculcar que nuestro objetivo prioritario es promocionar la adquisición de hábitos saludables de actividad física y deporte en todos los sectores de edad a través de nuestros diferentes proyectos.

CONCLUSIÓN

Desde la Concejalía de Deportes continuaremos trabajando por y para la formación de los alumnos y alumnas en prácticas.