

PADIS

**ACTIVIDADES CEIP PADIS
2026-2027**

ACTIVIDADES PADIS

→ Todas las actividades que se plantean en el programa PADIS, se realizan desde una perspectiva lúdico-deportiva descartando cualquier intención de competir o superar a un adversario.

TODAS LAS ACTIVIDADES OFERTADAS TIENEN LÍMITE DE PLAZAS*

*En el caso de que no haya plazas en las actividades elegidas, la coordinación se pondrá en contacto con el centro.



01. BOLA CANARIA

NO COMPETICIÓN

El juego consiste en lanzar una bola desde una marca de partida, con el objetivo de aproximarse lo más posible a una bolita, o boliche, con el mayor número de bolas disponibles del propio equipo. Los y las deportistas actúan a turno, decidiendo qué componente del equipo debe lanzar. En la práctica lúdico-deportiva se harán actividades donde se trabajen los diferentes aspectos de este juego o deporte. Se organizarán grupos de deportistas para realizar **actividades de iniciación y familiarización con material deportivo de bola canaria** (pelotas, conos, petos, aros ...) por placer y diversión. Ejercicios muy sencillos de acorde a la diversidad del grupo (ejercicios de puntería, distancia, ejercicios de aproximación, ejercicios bochar, ...).

→ A esta actividad, los y las participantes que necesiten de una **"canaleta"**, la tendrán que traer de su propio centro.

02. EXPRESIÓN CORPORAL

Actividad dirigida de baile donde se organizarán grupos de deportistas para realizar **actividades de iniciación y familiarización de baile o coreografías más enfocadas a l@s niñ@s** por placer y diversión. Ejercicios muy sencillos de acorde a la diversidad del grupo (ejercicios sobre todo de coordinación, equilibrio, motricidad gruesa y fina, ...), para finalizar con una pequeña coreografía donde se realizará una serie de pasos de acorde a las características del grupo y de manera progresiva.

03. YOGA Y STRECHING

Se organizarán grupos de deportistas para realizar actividades de iniciación y familiarización de yoga y estiramiento. Esta actividad es **altamente recomendable a aquell@s niñ@s con trastornos motóricos importantes** ya que se trabaja mucho la movilidad, flexibilidad, respiración y relajación. Se realizarán ejercicios muy sencillos de acorde a la diversidad del grupo y es **imprescindible que los y las profesionales de los centros participen de manera activa ayudando a aquellos/as participantes con discapacidades severas y no puedan realizar los movimientos por si solos.**

→ A esta actividad, los y las participantes tendrán que traer de su propia esterilla del centro o algún material que les aisle del suelo a la hora de realizar la actividad.

04. PREDEPORTE

Actividad dirigida donde se mezclarán l@s niñ@s y se repartirán por las diferentes postas. Se realizarán **actividades de conducción, lanzamientos, pases, relevos, coordinación, equilibrio, trabajo propioceptivo y vestibular, motricidad gruesa y fina** siendo posible realizar circuitos con diferentes ejercicios.

05. ACTIVIDADES LÚDICAS ACUÁTICAS

Se organizarán grupos de niñ@s para realizar actividades con material deportivo de natación (tablas, churros y material de flotación) por placer y diversión. En esta actividad **es imprescindible que los y las profesionales de los centros se metan en el agua ya que no es una actividad para aprender a nadar**, al igual que es **de carácter obligado por normativa de sanidad llevar desde el centro u hogares el bañador deportivo, gorro y cholas**.

→ Límite de plazas: **10 usuarios máximo por centro.**

06. ACTIVIDADES NÁUTICAS

Actividad donde se ejecutarán diferentes modalidades náuticas (vela, embarcación a motor, kayak, ...) dependiendo de las condiciones climáticas que haya en ese momento, saliendo a navegar con monitor específico de apoyo. Los y las participantes que quieran tomar parte en la navegación (manejar el timón y las diferentes velas de la embarcación) con la supervisión de los monitores específicos de la actividad, lo podrán realizar. Se irán alternando los y las participantes en las diferentes actividades, para realizar todas las posibles. En esta actividad **es imprescindible que los y las profesionales de los centros se metan en las embarcaciones con los usuarios/as**.

→ Límite de plazas: **10 usuarios máximo por centro.**

07. ACTIVIDAD FÍSICA EN LA NATURALEZA

- Pueden hacer esta elección municipios desde Puerto de Cruz hasta Güimar -

Actividad dirigida por monitores especialista, donde se realizará actividades físicas en la naturaleza por senderos adaptados, desde un punto de vista lúdico-educativo a la vez que se hace actividad física en un entorno natural.

→ Límite de plazas: **20 usuarios máximo por centro.**