



RECONOCIMIENTO DE CRÉDITOS POR ACTIVIDADES UNIVERSITARIAS

- CULTURALES
DEPORTIVAS
DE REPRESENTACIÓN ESTUDIANTIL
SOLIDARIAS Y DE COOPERACION

Renovación

Sí

Subtipo cultural

CENTRO, SERVICIO U ÓRGANO PROPONENTE

Centro de Actividades Deportivas

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

BALONCESTO, VOLEIBOL, FUTBOL

WEB DE LA ACTIVIDAD (en su caso)

ORGANIZA

COLEGIOS MAYORES DE GRANADA

DIRECTOR/A

(que certificará la asistencia y participación en la actividad)

EL DIRECTOR DE CADA CENTRO

FECHA DE REALIZACIÓN

del 03/10/2016 al 31/05/2017

Nº DE HORAS

60

CREDITOS SOLICITADOS

2

CREDITOS CONCEDIDOS

2

JUSTIFICACION Y MEMORIA EXPLICATIVA (extensión máxima: 1.500 caracteres sin espacios)

La actividad físico-deportiva está ocupando paulatinamente un lugar privilegiado dentro del marco de la sociedad occidental. Dentro de los fines específicos de los Colegios Mayores de la Universidad de Granada y desde su apuesta por una formación integral de los/las colegiales nos planteamos la promoción y práctica de actividades deportivas como una forma de ser, esto es, como una forma de conocerse mejor a sí mismos/as y aprender a autogestionar su propia vida. A través de la práctica deportiva, la persona adquiere destrezas y capacidades que la ayudan a desenvolverse mejor de forma individual, logrando los objetivos personales que cada persona se marca; como de forma colectiva, participando en las diferentes competiciones disputadas y estableciendo lazos de unión a nivel de equipo y a nivel de centros. La magnitud social del fenómeno deportivo ha calado profundamente en virtud de la importante difusión que de él se hace en los diversos medios de comunicación, apareciendo un creciente interés por el desarrollo de los aspectos relativos al conocimiento y comprensión de los factores que determinan que las personas adquieran estilos de vida activos y perdurables en el tiempo. Desde los Colegios Mayores nos hacemos eco

de esto y potenciamos valores, actitudes y normas enmarcados en la promoción de un estilo de vida activo y orientado a la consecución de los objetivos de vida de cada colegial, a través de la práctica físico-deportiva.

## **PLAN DE LA ACTIVIDAD, PROGRAMA, CONTROL DE ASISTENCIA, MÉTODO DE EVALUACIÓN, EN SU CASO** (extensión máxima: 3.500 caracteres sin espacios)

### **OBJETIVOS:**

- Aprender a conocer y controlar el cuerpo como otra forma de desarrollo personal y social.
- Potenciar actitudes, motivaciones e intereses hacia las actividades físico-deportivas en grupo, mejorando las relaciones entre colegiales a nivel intra e intercentros.
- Promover hábitos de vida saludables, incluyendo los motivos vinculados con los efectos positivos del ejercicio para la salud y la calidad de vida.
- Fomentar el uso de las instalaciones deportivas de la Universidad de Granada, en coordinación con las dependencias encargadas de su administración.
- Optimizar el uso de la infraestructura deportiva de que dispone cada centro.
- Diseñar estrategias encaminadas a aumentar la participación en las actividades físico-deportivas, favoreciendo más si cabe, su motivación hacia la práctica.
- Conocer las motivaciones, bien sean internas o externas, de los practicantes puede ayudarnos a conocer, desarrollar, mantener o incrementar los niveles de implicación personal durante la vida adulta, principalmente cuando un gran porcentaje de la población permanece sedentario
- Diseñar estrategias que ayuden a los individuos a permanecer en un programa de actividad física una vez estén ya inmersos en él.
- Conocer las consideraciones de los/las colegiales sobre la práctica físico-deportiva y las motivaciones para llevar a cabo esta práctica motriz.
- Regular emociones a través del deporte, descargar tensión personal y aprender una nueva forma de expresar aquello que se siente.
- Promover valores lúdicos y sociales de las actividades físicas. Dentro del factor competición, se hace referencia a los motivos relacionados con el placer de competir y el deseo de destacar y de medirse con otros.
- Ofrecer alternativas de ocio dentro de la comunidad universitaria, relacionadas con la diversión, la salud, la interacción y el bienestar general.
- Educar en valores y normas que inciden en el proceso de socialización.
- Potenciar las relaciones y el networking , guiando a los/las colegiales en la organización y participación de eventos deportivos.

### **TEMPORIZACIÓN**

- Una sesión semanal de entrenamiento dirigida por entrenadores especialistas en el deporte practicado en cada colegio.
  - Encuentros deportivos (partidos) sujetos al calendario de la competición interna organizada por el Centro de Actividades Deportivas de la UGR.
  - Eventos deportivos celebrados en los Colegios Mayores. Se trata de iniciativas dirigidas tanto por los/las colegiales, como por los directores o coordinadores de los diferentes CCMM, como por otras instituciones vinculadas a los mismos. Estos eventos se celebran tanto a nivel local, como nacional.
- Se trata de una actividad que se llevará a cabo durante todo el año académico.

### **EVALUACIÓN**

- La evaluación se llevará a cabo desde la distancia que permita no vulnerar sensibilidades individuales o grupales.
- Una evaluación global en la que se valore la participación y el nivel de implicación de los/las colegiales. Tanto a nivel de participación en entrenamientos, competiciones y resto de eventos celebrados durante el curso, como de su implicación personal a nivel de equipo.
- El seguimiento se llevará a cabo por la persona que dirija la actividad y será avalada por la dirección del centro.
- Se realizará memoria de la actividad, si así lo consideran los responsables de cada centro.

-Los/las colegiales deberán asistir a un 80% de los entrenamientos para lograr una evaluación positiva a nivel de cada colegio mayor. Además se tendrá en cuenta la participación extra en eventos deportivos organizados a nivel de todos los Colegios Mayores, Residencias Universitarias de la UGR y de otras Universidades.

-El reconocimiento de créditos ECTS queda sujeto a la normativa y condiciones establecidas por el Centro de Actividades Deportivas de la UGR.

## **OBSERVACIONES**

---