



# DÍA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA CALLE/CENTRO/CASA #DEFC2021



Esta iniciativa original e innovadora de la Dirección General de Juventud y Deportes de Castilla La Mancha, en colaboración con el COLEF CLM tiene como objetivos:

- ✓ Mostrar la importancia de la Educación Física para el desarrollo integral e integrado en todas las edades.
- ✓ Concienciar de los altos índices de sedentarismo en nuestro país con el consiguiente problema de salud y elevado coste sanitario.
- ✓ Transmitir los valores que la práctica de la actividad física ayuda a potenciar: esfuerzo, autosuperación, cooperación, empatía.
- ✓ Dar a conocer la nueva Educación Física: integradora, variada y divertida orientada a transmitir hábitos de vida saludable.

## EN NUESTRO CENTRO

Consideramos que la Educación Física es un área integradora, inclusiva, creativa variada, cooperadora, divertida y transmisora de grandes valores. Es por ello que nos queremos unir a esta iniciativa tan motivadora para nuestros alumnos.

Durante el **miércoles, 28 de abril**, hemos realizado las siguientes actividades:

### EN EL COLE

Nuestros profesores de Educación Física Javier, Carlos y Beatriz han realizado durante el recreo un tábata con cada uno de los cursos de Educación Primaria. Se ha acompañado de música que se oía en todas las pistas a la misma vez. ¡Nos lo hemos pasado genial!



Además hemos contado con la colaboración de Carolina, a la cual le damos las gracias por haber hecho una "minisesión" de zumba para nuestros pequeños de Educación Infantil. Por supuesto han disfrutado muchísimo y ha sido muy divertido.



## EN CASA

Para seguir con la iniciativa, se han subido diferentes vídeos que nuestro alumnado, profesorado y familias han podido visualizar y practicar por la tarde desde casa.

