

# Semana de la Actividad Física

Departamento de  
Educación Física



# Día Mundial de la Actividad Física

- **Celebración Día Mundial de la Actividad Física**

El Día de la Actividad Física se celebra cada 06 de abril, fecha institucionalizada por la Organización Mundial de la Salud planteándose como objetivo la necesidad de difundir los beneficios de la práctica de la actividad física por lo menos treinta minutos diarios y así mejorar la salud de la población mundial.



# Parrilla Programática

## “SEMANA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA”

Cursos	Actividades	Lugar	Horarios
Pre kínder A a 5°A básico	Obra de teatro Alimentación saludable (por confirmar)	Cancha grande	12:00 día jueves cursos letra A
Pre kínder B a 5°B básico	Obra de teatro Alimentación saludable	Cancha grande	14:00 día jueves cursos letra B
6° a 4° medio	Charlas de Nutrición Consciente (día lunes a viernes)	Biblioteca o sala de clases	Según horario de clases de ed. Física y/o deporte
Pre kínder a 4° básico	Zumba kids (miércoles)	Cancha de grande	10:15 a 11:00
5° a 6°	Juegos deportivos	Cancha enseñanza media	10:15 a 11:00
7° a 4° medio	Juegos deportivos: - Voleibol mixto. - Fútbol mixto. - Básquetbol mixto	Canchas media y básica	12:45 a 13:30

- Comienza el día Lunes 04 de abril y finaliza el día Viernes 08 de abril.

# Calendario de Actividades Deportivas

DÍA	LUNES	MARTES	VIERNES	HORARIO
CURSOS	7° A-B y 8° A-B	1°A-B y 2°A-B	3° A-B y 4° A- B	12:45 a 13:30
ACTIVIDAD	FÚTBOL MIXTO VOLEIBOL MIXTO BÁSQUETBOL MIXTO	FÚTBOL MIXTO VOLEIBOL MIXTO BÁSQUETBOL MIXTO	FÚTBOL MIXTO VOLEIBOL MIXTO BÁSQUETBOL MIXTO	

# Charla de Alimentación Consciente

Estas charlas comenzarán el día lunes 04 de abril, en las clases de Ed. Física. En esta oportunidad trabajaremos con la plataforma Campus Virtual VGroup.

Stefania Abovic, psicóloga y coach integrativa, nos enseña cómo disfrutar la comida de forma consciente, estas charlas son a través de capsulas grabadas con técnicas y ejercicios para los estudiantes.

# CHARLAS DE ALIMENTACIÓN CONSCIENTE



# Programa Alimentación Saludable.

Obra de teatro

[https://youtu.be/G4wrEkql8ak,](https://youtu.be/G4wrEkql8ak)

