

# ¡Te reto!

**28 de Abril 2020**  
**día de la educación física en casa**



## 📍 OBJETIVOS:

 <p>Mostrar la importancia de la Educación Física para el desarrollo integral e integrado en todas las edades</p>	 <p>Dar a conocer la nueva Educación Física: integradora, variada y divertida orientada a transmitir hábitos de vida saludable</p>	 <p>Fomentar la práctica de actividades físicas variadas y en compañía para el bienestar físico, psíquico y social</p>
 <p>Conciencias de los altos índices de sedentarismo en nuestro país con el consiguiente problema de salud y elevado coste sanitario</p>	 <p>Mostrar a la sociedad parte del trabajo realizado en las clases de Educación Física</p>	 <p>Promover la difusión de actividad física saludable poco conocidas</p>
 <p>Transmitir los valores que la práctica de la actividad física ayuda a potenciar: esfuerzo, autosuperación, cooperación, empatía</p>	 <p>Animar a la sociedad a adoptar un estilo de vida activo</p>	 <p>Promover la necesidad de un aumento de horas de Educación Física en el sistema educativo en sintonía con la opinión del ministerio de sanidad, el CSD, la UNESCO y la OMS</p>

## 📍 DESTINATARIOS

Estos retos están dirigidos a todos los/las alumnos/as matriculados en el Ceip Fernando de Rojas, en cualquiera de los diferentes niveles de Educación Infantil y Primaria.

## 📍 ¿EN QUÉ CONSISTE LA ACTIVIDAD?

A continuación, se expondrán una serie de retos, que los alumnos/as intentarán, de forma voluntaria, llevarlos a cabo el propio día 28 de Abril del 2020. (Pueden practicar antes si así lo deciden).

Cada alumno realizará el reto que más le guste.

Todos los alumnos que nos envíen su video con su reto conseguido será subido a la página web del colegio, donde podrá ver tanto su reto como el de sus compañeros. Todos los participantes serán obsequiados con un detalle cuando regresemos al centro.

## 📧 ¿CÓMO PUEDO PARTICIPAR?

Para poder participar tendrás que grabar un video (con el consentimiento de tus padres).

Una vez grabado, envíalo a este mail: [45002810.cp@edu.jccm.es](mailto:45002810.cp@edu.jccm.es) (recordad poner vuestro nombre, apellidos y curso).

📧 **RETOS** (Solamente tenéis que pinchar en los siguientes hipervínculos y podréis ver los diferentes retos)

➡ **CARTAS CORREDORAS**

➡ **ESPAGUETIS DE COLORES**

➡ **LOS CONSTRUCTORES VELOCISTAS**

➡ **PANITAJE SOBRE BAYETA**

➡ **¡CAMARERO! UNA PAJITA POR PAFOR**

➡ **QUE NO CAIGA LA PELOTA**

➡ **UN POCO DE PELOTA, POR FAVOR**

# CON EL DEPORTE GANAMOS TODOS

