

NOMBRE DEL CENTRO - LOCALIDAD
IES Dámaso Alonso – Puertollano (Ciudad Real)
PROFESOR RESPONSABLE
Fidela García
DENOMINACIÓN DE LA ACTIVIDAD
❄️ En Navidad, andad!❄️
FECHA DE REALIZACIÓN
Navidades 2021/2022
ETAPA Y CURSOS CON LOS CUALES SE HA LLEVADO A CABO LA ACTIVIDAD
2º ESO A y B
AGENTES EXTERNOS IMPLICADOS
Familias del alumnado
PROGRAMAS
IV. Desplazamiento Activo
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
⇒ Objetivos: motivar al alumnado a hacer ejercicio y mantener o mejorar su forma física. 🚶 Caminar durante el periodo vacacional navideño al aire libre en áreas próximas al domicilio, preferiblemente sin tráfico, aprovechando que se puede pasear en familia con las mascarillas, desplazándose de forma activa (gasto metabólico) durante esos días no lectivos. - Cada uno de los alumnos participantes contará los pasos con las aplicaciones móviles facilitadas por la profesora, como Google Fit, o con pulseras de actividad. • Ejercicio posterior en casa: 💻 Conectarse a Internet y mandar semanalmente a la profesora una copia de los registros de datos al correo de <i>Delphos Papas</i> o al <i>Aula Virtual</i>. ----- ✍ La distancia total recorrida se puede tener en cuenta para ser superada en próximas actividades tanto a nivel individual como grupal o para compararla con otros grupos del mismo nivel (si fuese el caso).