



## Objetivos

- Propiciar el cambio de actitudes y conductas hacia la actividad física y estilos de vida saludable
- Sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de la actividad física y de la alimentación equilibrada para mantener el estado de salud y bienestar.
- Incorporar a las familias en la promoción de la dieta saludable y la actividad física como pilar de colaboración.
- Promover la actividad física, el consumo de agua y la mantención de una dieta equilibrada, a través de actividades incorporadas en Educación Física.
- Favorecer el conocimiento de la dieta equilibrada para mantener el peso adecuado

Fecha establecida para trabajo con estudiantes	1° Semana meses junio/Agosto/ Octubre
Fecha establecida para trabajo con apoderados	3° Reunión de apoderados:

Curso	Horario	Actividad	Participantes	Responsables
2° A	Ed. Física	Zumba Convivencia saludable	Estudiantes Docentes Apoderados	T. Vargas Prof. Jefe
2° B	Ed. Física	Zumba Convivencia saludable	Estudiantes Docentes Apoderados	T. Vargas Prof. Jefe
2° A y B	1 semestral tarde Martes	Zumba	Padres y apoderados	T. Vargas Prof. Jefe
2° A y B	Reunión de apoderados 09 julio	<b>Tema reunión apoderados</b> Relación del estado de salud, bienestar y buen rendimiento con la dieta equilibrada y actividad física	Padres y apoderados	Prof. Jefe Coordinadora
4° A – 4° B	Ed. Física	Actividad física y convivencia saludable	Estudiantes	Prof. Jefe Prof. E. Física
4° A – 4° B	Reunión Apoderados 09 julio	<b>Tema reunión apoderados</b> Relación del estado de salud, bienestar y buen rendimiento con la dieta equilibrada y actividad física	Padres y apoderados	Prof. Jefe
6° A – 6° B	Ed. Física	Actividad física y convivencia saludable	Estudiantes	Prof. E. Física
6° A – 6° B	Reunión apoderados	<b>Tema reunión apoderados</b> <b>Colegio preventivo y seguro (Multiuso)</b>	Padres y apoderados	Inspector General

Curso	Horario	Actividad	Participantes	Responsables
8° A - B	Ed. Física	Actividad física y convivencia saludable	Estudiantes	Prof. Jefe V. Morales H. Zamorano
8° A - B	Reunión Apoderados 09 julio	<b>Tema reunión de apoderados</b> Relación del estado de salud, bienestar y buen rendimiento con la dieta equilibrada y la actividad física	Padres y apoderados	Prof. Jefe
II° Medios	Ed. Física	Actividad física y convivencia saludable	Estudiantes	H. Zamorano