



## Semana de la Salud y el Deporte

Este año 2015, todos nuestros alumnos disfrutaron de diferentes actividades enmarcadas en la Semana de la Salud y el Deporte, semana instituida desde el 2014 a solicitud del Ministerio de Educación, con el objetivo de mejorar y mantener la salud de la comunidad educativa mediante promoción de hábitos de una buena nutrición, higiene corporal, la prevención de enfermedades y problemas de salud.

Del 13 al 17 de abril, se desarrollaron las siguientes actividades:

**Lunes 13 de abril:** El Nivel Inicial dedicó una Asamblea para el Día Mundial de la Salud, que se celebró en el mundo el 7 de abril. Los pequeños de Pre kinder mostraron a sus compañeros los hábitos que deben practicar para poder gozar de una buena salud, tales como dormir bien, comer saludablemente, hacer ejercicios, etc. El profesor Raúl Pacheco, brindó una pequeña charla sobre la importancia del AGUA en nuestras vidas y cómo nos beneficia para el cuidado de la salud.



**Martes 14 de abril:** Los alumnos de los tres niveles académicos y el personal del colegio participaron de una caminata alrededor del Campo de Marte. La actividad tuvo como fin motivar a nuestros alumnos a realizar un ejercicio sencillo, como caminar, práctica que brinda beneficios para su salud. Los alumnos salieron en 4 grupos entre las 8 y las 10 a.m. Previo a su salida del plantel, se les recomendó usar gorra y se repartió bloqueador. Del mismo modo, al regresar, disfrutaron de una mandarina.

**Jueves 16 de abril:** Los alumnos de 4to grado de Primaria recibieron una pequeña charla sobre el "Uso adecuado del bloqueador solar", a cargo del profesor César Sáenz. Los niños recibieron información sobre el daño que ocasionan los rayos ultravioleta a nuestra salud y cómo prevenir enfermedades dérmicas protegiéndose correctamente.

**Viernes 17 de abril:** Todos los pequeños de Inicial pasaron un día super divertido en su Sport Day. La actividad tuvo como finalidad desarrollar destrezas físicas y sociales mediante la práctica de juegos pre deportivos y recreativos. Los niños lograron integrarse, trabajar en equipo, y reforzar su autoestima.

Iris Martínez  
Coordinadora de Educación Física y Deportes

