



PROGRAMACIÓN DE
ACTIVIDADE FÍSICA EN
HORARIO LECTIVO

ORGANIZACIÓN DE

RECREOS ACTIVOS

Cesión de material

Ligas internas

- > Organización de espazos activos
- > Reservas espazos preferencia feminina

- > Baile
- > Xogos populares
- > Xogos deportivos
- > Zona deportes

SERVIZO MADRUGADORES

Inclusión de actividades de estiradas, activación muscular etc.

GARDAS ACTIVAS

Aproveitamento das gardas ou titorías para facer actividade física

CONFERENCIAS - CHARLAS

Sobre actividade física, deporte e saúde

CONCURSOS - PREMIOS

- > Concursos mascota e imaxe do PDC
- > Premios estudo e deporte
- > Recoñecementos aos éxitos sociais e deportivos
- > Decálogos Colexios Activos

PARTICIPACIÓN EN

+ XOGADE

MÁIS E MELLOR
ACTIVIDADE FÍSICA

D.A.F.I.S.

- > Valoración da C.F. saudable
- > Proxecto de Innovación Educativa

UTILIZACIÓN DE
FERRAMENTAS

MÓVETE +

- > Coreografía para unha vida activa
- > Proxecto de Innovación Educativa

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADE FÍSICA EN HORARIO NON LÉCTIVO

DENTRO DO CENTRO EDUCATIVO OU NO SEU CONTORNO

PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE VIDA ACTIVA

Camión/en bici á escola

PROGRAMAS DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS

Anpas
Concellos
Clubs/asociacións
Federacións
Empresas

PROGRAMAS DE ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN DAS FAMILIAS

Conferencias/charlas sobre AF e saúde
Semana da Saúde e da Actividade Física
Enquisas de hábitos de AF para familias

FÓRA DO CENTRO EDUCATIVO

PARTICIPACIÓN EN

+XOGADE

REALIZACIÓN DE

Semanas brancas/azuis/verdes

ALCANCE DO PDC NA CONTORNA DO CENTRO EDUCATIVO

