

06

ABRIL
2022

DIA DE
L'ESPORT

TÍTULO DEL PROYECTO:

ESCUELA ACTIVA



asociación
española
contra el cáncer

Comunitat Valenciana
**COMUNITAT
DE L'ESPORT**

 GENERALITAT
VALENCIANA

 FUNDACIÓN
TRINIDAD
ALFONSO

Desde la Asociación Española Contra el Cáncer hemos puesto en marcha el proyecto “Escuela activa”, un programa que tiene unos objetivos muy claros: incrementar el tiempo que los niños y jóvenes dedican a la actividad física dentro y fuera del centro y de este modo, reducir el riesgo de los menores de sufrir enfermedades no transmisibles como el cáncer.

Hasta el momento, nuestra estrategia de prevención se basaba exclusivamente en educar para la salud, informando y concienciando sobre factores de riesgo y factores protectores frente al cáncer. La evidencia científica ha demostrado que el conocimiento y la información aislada no tiene impacto suficiente en la población, por lo que desde AECC, pretendemos dar un paso más allá y proponer acciones transversales, grupales y colaborativas, que contribuyan a generar esa modificación de hábitos a través de la modificación de los entornos, implicando tanto al alumnado, como a las familias y a la institución educativa.

Escuela Activa propone acciones flexibles para apoyar y guiar al Centro Educativo en su transformación en un entorno más saludable que facilite la práctica de actividad física entre los más jóvenes. El resultado, continuamos educando en salud, pero impactando en los entornos en los que se mueven los niños y adolescentes de entre 6 y 17 años, para de este modo contribuir a que las decisiones saludables sean las fáciles.

¿Qué acciones facilitadores propone escuela activa?

- **Pausas Saludables:** descansos de cinco minutos entre las clases, en los que el alumnado se pone en movimiento y realiza pequeños ejercicios de actividad física.
- **Patio activo:** propuesta de transformación estructural del espacio donde tiene lugar el recreo, para dotarlo de recursos que favorezcan que el alumnado practique actividad física durante los descansos.
- **Camino de Santiago:** actividad colaborativa en la que, en pequeños grupos, el alumnado recorrerá metafóricamente las 33 etapas del Camino de Santiago Francés acompañado o no de sus familias y amigos durante su tiempo libre.
- **Circuito vertical:** actividad colaborativa que invita al alumnado a coronar los rascacielos más importantes del mundo y descubrir curiosidades sobre los edificios, mientras potencia que suban escaleras en su rutina diaria.
- **Dodecactívate:** el alumnado tiene que alcanzar doce marcas deportivas a través de la práctica diaria en su tiempo de ocio.
- **Taller para familias:** sesión participativa en la que abriremos un espacio de reflexión sobre las dificultades y las contradicciones que encontramos en nuestro entorno para iniciar y/o mantener la práctica de actividad física.

¿Cómo lo llevaremos a cabo?

Estableciendo un vínculo con el centro educativo para identificar necesidades, generar compromisos y acompañarle en su proceso de transformación, facilitando materiales y recursos profesionales para instaurar el proyecto de forma permanente.

¿Te gustaría pasar de la teoría a la práctica y conocer en detalle el Proyecto Escuela Activa?

Estaremos encantados de conocerte y acompañarte en la transformación de tu centro educativo.