

06

ABRIL
2022

DIA DE
L'ESPORT

TÍTOL DEL PROJECTE:

ESCOLA ACTIVA



asociación
española
contra el cáncer

Comunitat Valenciana
**COMUNITAT
DE L'ESPORT**

 GENERALITAT
VALENCIANA

 FUNDACIÓN
TRINIDAD
ALFONSO

Des de l'Associació Espanyola Contra el Càncer hem posat en marxa el projecte "Escola activa", un programa que té uns objectius molt clars: incrementar el temps que els xiquets i joves dediquen a l'activitat física dins i fora del centre i d'aquesta manera, reduir el risc dels menors de patir malalties no transmissibles com el càncer.

Fins al moment, la nostra estratègia de prevenció es basava exclusivament a educar per a la salut, informant i conscienciant sobre factors de risc i factors protectors enfront del càncer. L'evidència científica ha demostrat que el coneixement i la informació aïllada no té impacte suficient en la població, per la qual cosa des de AECC, volem anar un pas més enllà i proposar accions transversals, grupals i col·laboratives, que contribuïsquen a generar aquesta modificació d'hàbits a través de la modificació dels entorns, implicant tant l'alumnat, com a les famílies i a la institució educativa.

Escola Activa proposa accions flexibles per a secundar i guiar al Centre Educatiu en la seua transformació en un entorn més saludable que facilite la pràctica d'activitat física entre els més joves. El resultat, continuem educant en salut, però impactant en els entorns en els que es mouen els xiquets i adolescents d'entre 6 i 17 anys, per a d'aquesta manera contribuir al fet que les decisions saludables siguen les fàcils.

Quines accions facilitadores proposa Escola Activa?

- **Pauses Saludables:** descansos de cinc minuts entre les classes, en els quals l'alumnat es posa en moviment i realitza xicotets exercicis d'activitat física.
- **Pati actiu:** proposta de transformació estructural de l'espai on té lloc el pati, per a dotar-lo de recursos que afavorisquen que l'alumnat practique activitat física durant els descansos.
- **Camí de Santiago:** activitat col·laborativa en la qual, en xicotets grups, l'alumnat recorrerà metafòricament les 33 etapes del Camí de Santiago Francés, acompanyat o no, de les seues famílies i amics durant el seu temps lliure.
- **Circuit vertical:** activitat col·laborativa que convida a l'alumnat a coronar els gratacels més importants del món i descobrir curiositats sobre els edificis, mentre potència que puguen escales en la seua rutina diària.
- **Dodecactivate:** l'alumnat ha d'aconseguir dotze marques esportives a través de la pràctica diària en el seu temps d'oci.
- **Taller per a famílies:** sessió participativa en la qual obrirem un espai de reflexió sobre les dificultats i les contradiccions que trobem en el nostre entorn per a iniciar i/o mantindre la pràctica d'activitat física.

Com ho durem a terme?

Establint un vincle amb el centre educatiu per a identificar necessitats, generar compromisos i acompanyar-li en el seu procés de transformació, facilitant materials i recursos professionals per a instaurar el projecte de manera permanent.

T'agradaria passar de la teoria a la pràctica i conèixer detalladament el projecte Escola Activa?

Estarem encantats de conèixer-te i acompanyar-te en la transformació del teu centre educatiu.