

Estimadas familias:

Como ya anunciamos a través de la página web del centro en las próximas fechas se pondrá en marcha el **programa de desplazamientos activos al centro**. Tanto la descripción del programa como sus objetivos los podéis ver detalladamente en el documento de Proyecto Escolar Saludable: "Somos saludables, somos Isso-Fit". También en la página web del centro. <http://ceip-santiagoapostol.centros.castillalamancha.es/nuestro-centro/proyecto-escolar-saludable-somos-saludables-somos-isso-fit>

A continuación os explicamos las particularidades de la actividad y su funcionamiento:

1.- La actividad consiste fundamentalmente en acudir al centro de forma activa y saludable, es decir, debemos desplazarnos a pie, en bici, en patín o patines.

1.- La actividad dará comienzo llevándose a cabo durante dos días a la semana (**martes y viernes**) hasta la finalización del segundo trimestre. Nuestra intención es ampliar un día más en el tercer trimestre.

2.- Se han fijado 2 puntos de encuentro en diferentes lugares de la localidad con carteles informativos e identificativos, (podéis ver cuáles son en la página web del centro y en la red social Facebook, así como las rutas fijadas), de modo que los alumnos/as que deseen participar tienen que reunirse en el punto de encuentro más cercano a su lugar de residencia y desde allí, partir hacia el colegio. En los puntos de encuentro, siempre habrá un adulto (AMPA) que se encargará de acompañar al grupo hasta el colegio. Igualmente ocurrirá con el trayecto de vuelta. La hora de salida será las 08:45.

3.- Estas 2 rutas están trazadas para los alumnos que hagan el recorrido a pie (no tienen porqué ser las más directas al colegio sino que ha prevalecido el criterio de seguridad en el trayecto). Los que vayan a usar bicicleta o patín (solos alumnos de 5º y 6º para bicicleta y a partir de 4º también en patín. Uso obligatorio de casco y recomendable un dispositivo luminoso) deben hacerlo por su cuenta pudiendo acompañar en cualquier caso al grupo que va a pie.

4.- Los acompañantes adultos realizan una labor de voluntariado y colaboración con nuestro proyecto saludable no solo en esta actividad sino en otras tantas. Quedan eximidos de cualquier responsabilidad durante el trayecto. Son las propias familias las que deciden si su hijo/a tiene la autonomía y la responsabilidad suficiente para ir caminando en grupo al centro respetando las normas de Educación Vial.

5.- Los alumnos que vivan muy cerca del centro pueden acudir igualmente caminando. Su desplazamiento contará al igual que los del resto de alumnado que venga acompañado.

6.- Se ha establecido un lugar dentro del recinto del colegio para aparcar las bicis y los patines. Los maestros y maestras tutores se comprometen a modificar la programación de las tareas en casa para que se evite el transporte de carteras y mochilas muy pesadas los días de desplazamiento activo. No tiene sentido que vuestros hijos/as vengan al colegio de forma sostenible y saludable y que al mismo tiempo traigáis las carteras en coche, así, no evitaríamos el problema de la congestión.

7.- A todos los alumnos que quieran participar se les hará entrega de un carné en el que irán acumulando desplazamientos. Cuando lleguen a los 10 subirán de nivel y se les entregará otro carné. Al finalizar el trimestre se celebrará un acto en el que se reconocerá y premiará a los

alumnos más participativos al igual que a la clase que más desplazamientos haya acumulado. Los desplazamientos acumulados por todo el centro cuentan para el **reto** llamado: **“Vamos a mil”**. Este reto se ha planteado en colaboración con el área de medioambiente del Ayuntamiento de Hellín y consiste en intentar sumar más de 1000 desplazamientos entre todos los alumnos del colegio al finalizar el curso.

8.- Cualquier desplazamiento es válido porque cualquier actividad física nos puede ayudar a sumar minutos de actividad cada día, cada semana y cada mes.

9.- Recordad que **el objetivo principal es fomentar el estilo de vida activo y saludable de nuestros niños/as**. Estamos en un periodo en el que se abusa del uso de pantallas y dispositivos electrónicos, lo cual, producirá trastornos en la salud de toda índole, de hecho, la Organización Mundial de la Salud ya reconoce como enfermedad mental la adicción a móviles y tabletas por parte de los menores. Como objetivo secundario y no menos importante figura el de disminuir la congestión de tráfico que cada mañana se produce a la entrada y la salida del colegio, con la consiguiente contaminación y gasto que lleva a aparejado el uso de vehículos de forma quizás prescindible e innecesaria.

10.- Por último, queremos trasladar la idea de que aunque sea una actividad de carácter voluntario lleva aparejada aspectos educativos de enorme valor como podréis observar en el marco de todo el Proyecto Saludable. El compromiso más importante lo adquirimos con la salud de los niños.

¡Ánimo y a participar!