

GUÍA DE USUARIO

PASO A PASO



Iniciativa realizable
100% ONLINE*

**EN
MARCHA**

*Se adaptarán los retos de esta actividad para que sean realizables en casa.

PRESEN TACIÓN

Nombre de la idea

Paso a Paso

¿Para quién?

Colegios

Ámbito

Deporte

¿Qué buscamos con esta iniciativa?

Fomentar el ejercicio en los niños y que empiecen a moverse a diario como un hábito más, queremos que adquieran el hábito de caminar en su día a día, una costumbre que les servirá en el futuro para sus demás desplazamientos.



¿EN QUÉ CONSISTE?

Descripción

Un reto para que los niños vayan al cole andando o vuelvan andando a casa, esta iniciativa que les dará refuerzos positivos por realizar esta actividad.

¿CÓMO LA LLEVO A CABO?

Responsable de la acción

Profesores y tutores.

Pasos a seguir para la implementación de la acción

Les lanzamos el reto de ir o volver del cole andando cuantos más días a la semana, mejor.

Tendremos que contar con la colaboración de los padres porque, para demostrar que han andado ese día, tendrán que enviar a los tutores vía mail una foto de los pies del niño andando.

Los tutores van recopilando las fotos de los alumnos y hacen un recuento.

A final de mes se daría un premio o reconocimiento* dependiendo de los días que hayan realizado la actividad:

2/3 días a la semana: aprendiz

4 días a la semana: avanzado

5 días a la semana: experto

*Esto puede ir acompañado de un premio físico que se adaptaría a los recursos que quiera invertir el colegio.

**Los niños con desplazamientos más largos podrán, por ejemplo, bajar antes del bus o aparcar el coche de sus padres más lejos para incluirse en la actividad.

Gracias a las fotos, los colegios podrán publicar la iniciativa en redes sociales.

Materiales y recursos necesarios

Email para profesores y teléfono móvil para hacer fotos para los padres. Recursos para dar reconocimientos (cartulinas, pegatinas, premios, etc)

POR QUÉ FUNCIONA

Beneficios

Que los niños se diviertan y hagan ejercicio sin darse cuenta, con el aliciente de ganar un premio. También conseguimos más involucración de los padres y el colegio ganara notoriedad como una institución comprometida con la salud de sus estudiantes.

Interés para la audiencia

De esta manera los niños perciben como positivo el ejercicio de andar y lo adquieren en su día a día. “Si voy andando de casa al cole, puedo ir andando a cualquier otro sitio”.