

**NOMBRE DEL PROYECTO:**

EDUCACIÓN EN MOVIMIENTO

**FUNDAMENTACIÓN**

Durante el presente periodo de aislamiento social preventivo y obligatorio (ASPO) dispuesto por el gobierno nacional a partir del 20 de marzo - Decreto 493/2020 y sus correspondientes prórrogas - debido a la Emergencia Sanitaria por la expansión del COVID-19, las actividades físicas, recreativas, y de esparcimiento se vieron afectadas para la población. En la Provincia de Tucumán el Comité de Operativo de Emergencia, hasta la fecha, no ha permitido realizar actividad física en lugares públicos, clubes, ni gimnasios, razón por la cual las familias se ven obligadas a realizar dichas actividades en casa. La ausencia de un profesor/instructor que organice y supervise el desarrollo de las rutinas de ejercicios puede ocasionar que las personas no realicen de manera correcta o, en el peor de los casos, no realicen los ejercicios. Considerando que las restricciones de este periodo de ASPO impacta no solo en la salud y en las formas que tenemos de relacionarnos, obligadamente buscamos nuevas vías de comunicación con las familias, para poder seguir desarrollando su corporeidad y prevenir futuros impactos negativos en la salud de la sociedad por el sedentarismo como factor de riesgo.

La Modalidad de Educación Física, ante la Emergencia Sanitaria, propone la realización de quince minutos de actividades diarias para mantener el cuerpo activo y sano, a los diferentes niveles del Sistema Educativo y para la comunidad en general.

**OBJETIVOS**

- Promover la realización de actividad física en la comunidad educativa y la familia.
- Generar espacios para el correcto desarrollo de ejercicios físicos considerando las particularidades existentes en la población.
- Garantizar el acceso a un acompañamiento en la realización de actividad corporal para toda la comunidad.

## ACTIVIDADES PROPUESTAS

### **Series de actividades de 15 minutos con apoyatura audiovisual:**

Estas serán distribuidas una por cada día de la semana, las cuales serán correspondientes a los diferentes grupos etarios y con consideraciones o ciertas particularidades para realizar actividades motrices. Estarán orientadas por Profesores de Educación Física pertenecientes al equipo de la Modalidad Educación Física y otros colaboradores.

Los grupos serán:

- Nivel inicial
- Nivel Primario
- Nivel Secundario
- Modalidad Especial
- Educación para Adultos
- Comunidad en general

El medio seleccionado para la difusión de los videos será a través del **canal de YouTube de Conéctate con la Escuela.**

## CRONOGRAMA SEMANAL

El cronograma semanal será actualizado semana a semana.



### **Propuesta tentativa:**

- Lunes:



Nivel Inicial actividad a cargo del profesor Romero Augusto

<https://youtu.be/s7i459fRB4Y>

- Martes:



Nivel Primario actividad a cargo del Profesor Pablo sosa

<https://youtu.be/g4iEf3zoMFY>

- Miércoles:



Cuento con vos actividad a cargo del Miguel Santillán

<https://youtu.be/ArX0ShcVIKU>

- Jueves:



Actividades para la familia actividad a cargo de la profesora  
Verónica Ojeda

<https://youtu.be/RiyCyzaTMBw>

- Viernes:



Actividades para adultos mayores a cargo de Prof. Emiliano  
Obligado

<https://youtu.be/zXwsNDd70pM>

## BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

- B. M. PÉREZ (2014). Salud: entre la actividad física y el sedentarismo. Recuperado de <https://www.analesdenutricion.org.ve/ediciones/2014/1/art-17/>
- BOLETÍN OFICIAL DE LA REPÚBLICA ARGENTINA. Extraído de <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/229716/20200525?busqueda=1>
- BOLETÍN OFICIAL DE LA PROVINCIA DE TUCUMÁN. Recuperado de <http://boletin.tucuman.gov.ar/boletin29708.pdf>
- J. SALAS CABRERA. ESTILOS DE VIDA SALUDABLES: UN DERECHO FUNDAMENTAL EN LA VIDA DEL SER HUMANO. Revista Latinoamericana de Derechos Humanos 26 51 Volumen 26 (2), II Semestre 2015 (EISSN: 2215-4221)
- Tuñón, I., Laiño, F., & Castro, H. (2014). El juego recreativo y el deporte social como política de derecho. Su relación con la infancia en condiciones de vulnerabilidad social. Educación Física Y Ciencia. Recuperado a partir de <https://www.efyc.fahce.unlp.edu.ar/article/view/E>