

ESCALADA

Hola a todos,

Siguiendo la unidad didáctica de "Lateralidad, espacio/tiempo y equilibrio" comenzamos la semana de "Escalada". Este deporte tiene múltiples beneficios en los niños:

- Sirve para desarrollar la psicomotricidad.
- Mejora la agilidad y el equilibrio.
- Desarrolla la flexibilidad, la fuerza muscular en brazos y piernas y la resistencia.
- Mejora la confianza y la autoestima.
- Ayuda a superar retos.
- Promueve el trabajo en grupo y la confianza entre compañeros.
- Favorece el conocimiento y respeto por la naturaleza y el medio ambiente.
- Permite combatir el nerviosismo y canalizar mejor la energía.

IMPORTANTE: El punto de encuentro y recogida será en las escaleras que dan acceso a la sala de Educación Física y las sesiones se realizarán en el horario habitual de cada uno de los cursillistas.

CURSILLO LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES (PEQUEÑOS Y MAYORES)

- LUNES 24 DE NOVIEMBRE ESCALADA
- MIÉRCOLES 26 DE NOVIEMBRE SALA

CURSILLO MARTES Y JUEVES TURNO 16.45 H. (PEQUEÑOS Y MAYORES)

- MARTES 25 DE NOVIEMBRE ESCALADA
- JUEVES 27 DE NOVIEMBRE SALA

CURSILLO MARTES Y JUEVES TURNOS 17' 30 H Y 18' 15 H.

Se procede a dividir los grupos en pequeños (Ed. Infantil) y mayores (Ed. Primaria) debido al reducido espacio disponible para realizar la actividad.

- | | <u>PEQUEÑOS</u> | <u>MAYORES</u> |
|--------------------------|------------------------|-----------------------|
| • MARTES 25 DE NOVIEMBRE | ESCALADA | SALA |
| • JUEVES 27 DE NOVIEMBRE | SALA | ESCALADA |

Esta circular estará disponible en la página web del Grupo (ACTIVIDADES/INFANTILES/ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA).

Para cualquier duda o aclaración no duden en contactar con edufis@rgcc.es

Un saludo del equipo técnico y gracias por vuestra colaboración.