



Buenas familia,

Durante todo el curso, hemos estado trabajando, dentro del Acuerdo de colaboración con la sede en Ávila de la Asociación Española Contra el Cáncer, en diversos proyectos del Programa “En Marcha”. La finalidad es mejorar los hábitos de alimentación y potenciar otros hábitos saludables.

Entre esas actuaciones se encuentra la Daily Mile (Milla diaria) que es una iniciativa mundial en la que participan más de 90 países y casi 18.000 centros educativos, que consiste en que el alumnado trote o corra durante unos 15 minutos diarios aproximadamente para promover su bienestar social, emocional y mental, además del estado de forma (reducción de estrés y ansiedad, mejora de los niveles de energía, mejor atención y concentración en clase, etc.). Habitualmente, el lugar de realización es el espacio de las pistas deportivas (pistas azules) que usamos para el recreo de Infantil y primero de Primaria, aunque el profesorado puede elegir la ubicación del patio que mejor se adapte en cada momento. Pueden acceder a más información en la web del centro y en el siguiente enlace www.thedailymile.es donde el CEIP Arturo Duperier aparece en el mapa global de participación como el único colegio del municipio y el primero de la provincia, al que seguro, se irán sumando otros centros de la Comunidad. Se realiza al aire libre durante la jornada escolar en un momento elegido por el/la profesor/a. Los niños corren con su ropa normal, por lo que no es necesario ningún material ni indumentaria especial.

La propuesta se realiza en el horario que cada equipo de profesores estima oportuno para cada grupo, al menos 3 días a la semana, en otros el horario es flexible con el objeto de recibir el mayor beneficio posible para el alumnado.

Ahora se quiere dar un paso más y desde el CEIP Arturo Duperier se pretende incorporar la posibilidad de que las familias y otros miembros de la comunidad educativa participen de la propuesta. Así, se han fijado un día y horario para cada grupo en los que podrán acudir a la realización de la Daily Mile si lo consideran, desde el día 15 de mayo hasta final de curso. Estos son:

DIA PARA PARTICIPACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA EN LA DAILY MILE (Milla Diaria)			
CURSO	DÍA DE LA SEMANA	HORA DEL DÍA (MAYO)	HORARIO JUNIO
3 AÑOS	JUEVES	12:15	11:40
4 AÑOS	MARTES	10:45	10:15
5 AÑOS	VIERNES	12:15	11:40
1º	JUEVES	11:00	10:30
2ºA	LUNES	10:00	9:45
2ºB	LUNES	10:00	9:45
3º	MARTES	9:00	9:00
4º	JUEVES	12:15	11:40
5º	JUEVES	9:00	9:00
6º	JUEVES	9:00	9:00

Es importante considerar que la realización de la Daily Mile (Milla diaria) en estos días y horarios estará supeditada a la realización de otras actividades y propuestas lectivas, así como a otros condicionantes como la organización escolar, etc. por lo que es importante asegurarse de la realización en el día indicado, previamente a la participación junto con el alumnado. Igualmente, les recordamos que en el horario de junio las sesiones son más cortas por lo que en la tabla aparece una columna con la correspondencia aproximada de la hora de realización del mes de junio.

Animamos a participar y les enviamos un saludo.
El equipo directivo.