



VIVIR EN SALUD EN EL COLE


"Deporte y
buena
alimentación
son el secreto
para crecer un
montón"

FUNDACIÓN MAPFRE lleva a cabo en las aulas el programa de actividades formativas **Vivir en Salud en el Cole**, destinado a sensibilizar a niños de 1^{er} y 2^o Ciclo de Educación Primaria sobre la importancia de llevar una vida saludable, y enseñarles sencillas pautas para llevar una alimentación sana y practicar la actividad física diaria indispensable.

Vivir en Salud en el Cole forma parte del proyecto que **FUNDACIÓN MAPFRE** ha puesto en marcha con el objetivo de estimular a la sociedad española a emprender un estilo de vida más saludable : "**Vivir en Salud**".

Una actividad que llegará a **más de 14.000 niños de 6 a 9 años** y que está desarrollada en base a la metodología que Ciencia Divertida lleva aplicando con éxito en escolares de todo el mundo desde hace más de 12 años.

Una **metodología** que aplica un exclusivo método educativo creado con la finalidad de incrementar la motivación del niño y desarrollar sus capacidades creativas y de relación. Un sistema de enseñanza novedoso y diferente que emplea varias técnicas de aprendizaje, como TPR (Respuesta Física Completa), SDAIE (Instrucción Académica Especialmente Diseñada) y PQS (Sistema de Preguntas Plonsky).





VIVIR EN SALUD EN EL COLE

Una
actividad
para
aprender y
disfrutar.

Durante casi una hora, el espectáculo formativo **Vivir en Salud en el Cole** enseña a los más pequeños de una forma divertida e interactiva las claves para vivir en salud:

- ✓ Aprenden con **Los Alimentos Saltarines** el origen de los componentes de nuestra dieta.
- ✓ Con el **Menú Disparatado** preparan un desayuno saludable y comprenden la importancia que tiene el mismo para afrontar el esfuerzo diario
- ✓ La **Pirámide** de la Alimentación y la **Rueda** de los Alimentos les ayudan a conocer los distintos grupos y las cantidades que se deben tomar cada día para estar sanos.
- ✓ Con la actividad **Movimiento y Salud** se darán cuenta de la importancia de practicar a diario unos minutos de ejercicio físico.





VIVIR EN SALUD EN EL COLE

Tras disfrutar de esta actividad, que se desarrollará en su propio centro escolar, el alumno podrá:

**Objetivos
que cumple
la actividad**



1. asumir la responsabilidad de preparar un buen desayuno.
2. preparar alimentos variados y adecuados para un desayuno nutritivo.
3. conocer el origen de los alimentos fundamentales de nuestra alimentación, diferenciando los alimentos de origen animal de los que provienen de los vegetales.
4. conocer los diferentes grupos de alimentos que constituyen una alimentación nutritiva.
5. entender que para cuidar nuestra salud es necesario, además de una buena alimentación, practicar ejercicio de forma diaria.
6. saber que la dieta más adecuada es aquella que aporta a cada individuo todos los alimentos precisos para cubrir sus necesidades, mantener la salud y prevenir la aparición de enfermedades como la obesidad. Además sabrá que cada persona tiene unas necesidades nutricionales específicas en función de su edad, sexo, talla, actividad física que realiza y también según su estado de salud.



VIVIR EN SALUD EN EL COLE

Para más
información
puedes
contactar
con...

YOLANDA MINGUEZA
FUNDACIÓN MAPFRE

Telef. 91 581 62 36

ymingueza@mapfre.com

MIGUEL ORTI

Ciencia Divertida

Telef. 91 562 83 04

miguelorti@cienciadivertida.com

UNA ACTIVIDAD QUE A LO LARGO DE 2009 SE LLEVARÁ A CABO EN DISTINTOS PUNTOS DE ESPAÑA. MILES DE ESCOLARES APRENDERÁN CUÁLES SON LAS CLAVES PARA **VIVIR EN SALUD** EN MADRID, TOLEDO, SALAMANCA, SEVILLA O VALENCIA.

