

SALUD Y DEPORTE - HEALTHY CORAS MUGIMENDUAN

- Las pausas activas son una forma de mantener motivado y atento a nuestro alumnado durante la jornada lectiva.
- El **objetivo** es **romper la rutina sedentaria durante las clases**.
- La **pausa activa** se realizará todos los días, **una vez por jornada**, por el **profesor/a entrante a 3ª hora**.

Gracias por vuestra colaboración e implicación

Abril-Mayo / Apirila-Maiatza

ORDUA/HORA	ASTEA/SEMANA	ASTELEHENA/LUNES	ASTEARTEA/MARTES	ASTEAZKENA/MIÉRCOLES	OSTEGUNA/JU EVES	OSTIRALA/VIERNES
ESO 9:55-10:00	8-12 de abril	Ejercicios Combinativos	En el Cole	En pareja	Superman	Combat 1
	15-19 de abril	Yoga 1	Calentamiento 02	Fuerza 1	Combat	Expresión corporal
PRIMARIA 16:15-16:20	22-26 de abril	Pausa activa	Coordinación	Expresión corporal	Uno para ganar	Combat 2
	6-10 de mayo	Yoga 2	Calentamiento 02	Coordinación	Combat 3	Expresión corporal
	13-17 de mayo	Expresión corporal	Calentamiento 03	Reto Equilibrio	Coordinación	Combat 2

	20-24 de mayo	Calentamiento	Txapelketa	Estiramientos	Coordinación	Expresión corporal
	27-31 de mayo	Baile	Baile 2	Happy	Funky	Macarena