

# ACTIVIDAD FÍSICA

## EDAD ESCOLAR



### FOMENTAR ESTILO DE VIDA ACTIVO

#### ESCUELA

"Recreos activos"



#### FAMILIA

Ejemplo- Apoyo-  
Motivación

#### INSTITUCIONES

Bicibús -Rutas escolares seguras

### BENEFICIOS:



MUSCULOS FUERTES  
HUESOS RESISTENTES  
CORAZON SANO  
MEJORIA EQUILIBRIO Y  
POSTURA  
MAYOR CONCENTRACION  
AUTOESTIJA  
MÁS AMIGOS

LO QUE IMPORTA ES DIVERTIRSE, NO  
COMPETIR PARA GANAR



¡ELIGE TU ALTERNATIVA!



DIVERSIÓN



COORDINACIÓN  
FUERZA



DISCIPLINA

¡MUEVETE!, ¡JUEGA!, ¡DISFRUTA!