

ANEXO 4.-

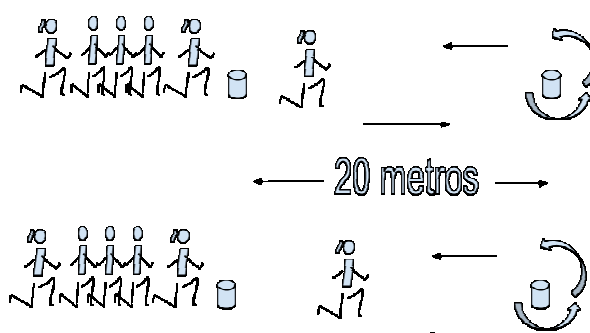
RETO CONTRA EL TABACO

ACTIVIDADES OPCIONALES

RETO CONTRA EL TABACO

¿Cuántos kilómetros sin humo corre mi clase?

Objetivo	Toda la clase debe recorrer la mayor distancia posible por relevos de 5 personas durante 20 minutos.
Cualidad Física	Resistencia
Espacio	Pista polideportiva, espacio diáfano de 20 metros.
Material	Cronómetro, cinta métrica, dos conos por grupo de relevos.
Nº participantes	Grupos de 5.
Organización	Toda la clase a la vez en grupos de 5, trabajo por relevos.
Descripción	<p>Cada clase intentará recorrer el mayor número de kilómetros en 20 minutos, para ello, se delimitará una zona de 20 metros que recorrerán ida y vuelta a modo de relevos (equipos de 5 para asegurar una participación de unas 20 veces por alumno en los 20 minutos).</p> <p>Al finalizar el tiempo establecido se contará el número de kilómetros realizado y se enviará a la organización de la carrera que lo sumará con los realizados por el resto de centros implicados en el proyecto.</p>
Gráfico	



Sensibilización

Trabajo en equipo para superar un reto. Se pretende que la realización de actividad física sea una alternativa de ocio saludable y alejarnos del tabaco (de ahí lo de acumular el mayor número de kilómetros).