

Baja California Sur impulsa la vida saludable

Posted on 25 de febrero de 2024 by Diario Humano



Juegos tradicionales, convivencias y senderismo: Estrategias para cultivar el gusto por el ejercicio y vida saludable entre estudiantes

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. –Para sensibilizar a la comunidad estudiantil sobre la importancia de llevar una vida saludable, la Secretaría de Educación Pública de Baja California Sur, a través de la Dirección de Educación Física, pone en práctica estrategias y proyectos orientados a cumplir ese objetivo, dio a conocer Carlos Roberto Quintana Orozco, titular de esa modalidad académica.

Actualmente se realizan acciones para promover las actividades deportivas entre estudiantes de nivel básico, con competencias durante el ciclo escolar tales como los juegos tradicionales, las convivencias, rondas infantiles y el senderismo, que propician en las niñas, niños y adolescentes el gusto por el ejercicio físico, además de inculcarles buenos hábitos de higiene y alimentación.

Afirmó Quintana Orozco que la educación física contribuye a que los educandos desarrollen habilidades que son básicas en la vida diaria, como pensar y concentrarse en el aula, además de ayudarles a reducir el riesgo de padecer estrés y ansiedad.

El funcionario de la SEP reiteró el compromiso de la autoridad educativa de seguir fomentando estilos de vida saludables en la niñez y juventud sudcalifornianas, al impulsar el deporte mediante el juego y los espacios de recreación.