

# **I JORNADA D'ACTIVITAT FÍSICA I SALUT**

## **Joanot Martorell**

**Divendres 6 d'abril**

Esplugues de Llobregat, 3 d'abril de 2018

Benvolguts pares/mares:

Els fem saber que, per al proper **divendres 6 d'abril de 2018 (Dia Mundial de l'Activitat Física i Salut)**, el Departament d'Educació Física ha organitzat la **I Jornada d'Activitat Física i Salut** per promoure els hàbits saludables com a elements fonamentals de salut i benestar. La Jornada es desenvoluparà en les instal·lacions esportives del nostre institut i de l'escola Garbí, així com també en el nostre entorn tant proper de Collserola (carretera de les Aigües).

**Tot l'alumnat ha de participar en aquesta jornada.**

**Tothom ha de portar ROBA i CALÇAT ESPORTIU, ESMORZAR SALUDABLE i AIGUA**

**Horari d'entrada i sortida: 8.15h – 14.45h**

### **Activitats:**

1r ESO. Caminada per Collserola: recorregut de 10 km amb sortida i arribada des del centre.

*(Material necessari: roba esportiva i calçat còmode, motxilla petita, gorra, crema solar, bolígraf, mòbil o càmera de fotos, esmorzar saludable i aigua)*

2n, 3r, 4t ESO i 1r i 2n Batxillerat. Futbol i Atletisme (escola GARBI) / **Voleibol, Bàsquet, Tennis Taula, Boccia i Escacs** (INS Joanot Martorell).

*(Material necessari: roba i calçat esportiu, esmorzar saludable i aigua)*

**Aquesta activitat és obligatòria.** L'alumne/a que tingui alguna raó per no fer-la, ho comunicarà i justificarà al professorat.

Esplugues de Llobregat, 3 d'abril de 2018. Departament d'**Educació Física.**