

DIA DE L'EDUCACIÓ FÍSICA AL CARRER

El DEFC és una iniciativa que vol mostrar a la societat com és l'actual Educació Física a les escoles. Aplega estudiants, professors i voluntaris seguint el lema “Estil de vida actiu per a tots i per sempre”. Impulsada per professionals d'Educació Física amb el suport del Consell Colef i els col·legis professionals autonòmics, vol seguir guanyant participants cada any.

Creiem en una Educació Física integral i integradora, per a tots i per a tota la vida, com a base per instaurar uns hàbits saludables i un Estil de Vida Actiu.

OBJECTIUS



Mostrar la importància de l'Educació Física pel desenvolupament integral i integrat en totes les edats.



Donar a conèixer la nova Educació Física: integradora, variada i divertida.



Fomentar la pràctica d'activitats físiques variades i en companyia pel benestar físic, psíquic i social.



Conscienciar dels alts índexs de sedentarisme al nostre país amb el problema de salut i elevat cost sanitari que comporta.



Mostrar a la societat la part de la feina realitzada a les classes d'Educació Física.



Promoure la difusió d'activitats físiques saludables poc conegudes.



Transmetre els valors que la pràctica de l'activitat física ajuda a potenciar: esforç, autosuperació, cooperació, empatia.



Animar a la societat a adoptar un estil de vida actiu.



Promoure la necessitat d'un augment d'hores d'Educació Física al sistema educatiu en sintonia amb l'opinió del ministeri de sanitat, el CSD, la UNESCO i la OMS.