



Sagrados Corazones
Manquehue

Santiago, 14 marzo de 2024
Circular N° 13

Actividad física fuera del Colegio

Estimados papás, mamás y apoderados de 7° básico a IV° medio:

Junto con saludarles y esperando que se encuentren muy bien. Les queremos informar que como lo que establecen los planes y programas del Ministerio de Educación, en el contexto de la unidad de Resistencia Aeróbica, realizaremos algunas clases en el parque aledaño al Colegio (Monseñor Escrivá de Balaguer, entre la calles La Aurora y Del Mirador) diversificando las formas y el entorno del trote en un recorrido aproximado de 3 kms. Estas salidas serán dirigidas y custodiadas por los profesores de Educación Física.

Esta actividad favorece directamente al desarrollo del sistema cardiovascular, mejorando al mismo tiempo la capacidad del sistema circulatorio y genera beneficios que se traducen en un mejor rendimiento en las actividades que se desarrollan en la vida cotidiana además de incentivar las funciones de pensamiento y aprendizaje.

Por otro lado, trotar fuera del establecimiento busca motivar el ejercicio en ambientes naturales, considerando distintos escenarios que ofrece nuestro entorno, y educar en el uso de este tipo de recursos que son tan comunes en la actualidad para la práctica de actividad física.

Les saluda atentamente,

Eduardo Sotomayor Garretón
Jefe del Depto. de Educación Física

Yo _____ apoderado de _____

curso _____ autorizo a mi hijo/a, participar de la actividad a realizar en el parque

durante el año 2024 durante las clases de educación física.

Firma _____

Fecha _____

Padre Damián de Veuster 2215, Vitacura
Santiago de Chile
colegio@ssccmanquehue.cl

www.scccmanquehue.cl

