

www.ind.cl

6 de abril

DÍA NACIONAL DEL DEPORTE

6 de abril

DÍA NACIONAL DEL DEPORTE

- ★ El objetivo de este día, es sensibilizar a las personas sobre **la importancia de practicar actividad física de manera regular y sistemática** para mejorar la salud y adquirir buenos hábitos de vida.
- ★ En niños y niñas en edad de Educación Parvularia, la actividad física a partir del **juego libre y el movimiento** son parte fundamental de su vida, como también un derecho.
- ★ Como familia, pueden incentivar que niñas y niños (dependiendo de su edad) gateen, caminen, salten, corran, bailen, etc. Este movimiento resulta importante, ya que adquieren conciencia de sí mismos, contribuyendo al desarrollo de su autonomía e identidad.



6 de abril

DÍA NACIONAL DEL DEPORTE

- ★ Asegurar la actividad física y el movimiento libre en la vida cotidiana de niños y niñas es fundamental y puede posibilitarse en todos los espacios, especialmente al aire libre. Esto, además, les permitirá descubrir y conectar con su entorno social y natural, enriqueciendo así su comprensión del mundo que les rodea.
- ★ **Revisa el listado de actividades organizadas por el Ministerio del Deporte en tu región en www.diadeldeporte.cl**

