

Semana de la Familia en el Colegio Claret Segovia

Miércoles, 01/02/2017



Bajo el título '¿A Tu Salud?' el [Colegio Claret de Segovia](#) ^[1] celebra, como cada curso y a partir de este próximo jueves 2, su Semana de la Familia en la que se pretenden difundir y conocer qué planteamientos son beneficiosos, o no, para que nuestros hijos tengan un desarrollo saludable, con independencia del nivel de actividad física que practiquen y apostando por la mejora de los hábitos cotidianos.

La selección de los ponentes que tomarán parte en la presente edición de la Semana ha sido ardua y así, tendremos ocasión de acompañar a personajes, de la talla profesional y personal, como el doctor [Juan Antonio Corbalán](#), ^[2] el eterno base del Real Madrid de baloncesto, que fuera plata olímpica en Los Ángeles 84 y, en la actualidad, experto en fisiología y actividad física; a su compañero de selección en la cita olímpica, y ahora uno de los psicólogos deportivos de mayor prestigio del país [José Manuel Beirán](#) ^[3]; a [Rafa Guerrero](#) ^[4], exárbitro internacional y, a buen seguro, el más mediático de los colegiados españoles de todos los tiempos; a las familias Prieto ([Antonio](#) ^[5] e Idaira) y Guerra (Francisco y [Javier](#) ^[6]).

Además de ellos, el deporte adaptado también tendrá su espacio con la presencia de los ciclistas paralímpicos Noel Martín y Carlos González, cerrándose el programa, de este ciclo, con la intervención de la doctora en pediatría, Ana García, y la enfermera Blanca Blanco, además de con los talleres organizados por el departamento de orientación del propio Colegio Claret.

Para el domingo, 12 de febrero, quedaría la Eucaristía familiar con la que concluiría este amplio y cuidado programa.

Este año, se ha pretendido abordar el concepto de vida sana, en un sentido amplio, pero refiriéndose especialmente a dos dimensiones: el concepto de hábitos saludables y cómo el deporte y la actividad física, reglada o no, pueden ayudar al desarrollo saludable de los niños.

A la hora de desarrollar estos dos aspectos, se ha creído importante ahondar en distintos bloques, tales como:

- Los hábitos saludables, con atención a la alimentación, la higiene y los horarios.
- La actividad física: cuál es adecuada a cada edad, cómo incorporarla a los horarios de los niños y qué progresividad habría que observar.
- El deporte base frente al deporte de alta competición: deporte como escuela de compañerismo, aprendizajes de la competición y progresión del deporte a lo largo de la escolaridad.
- El desarrollo fisiológico en las distintas etapas: aspectos preventivos y hábitos saludables, el disfrute del cuerpo sano y la idea de mi ¿yo? físico ideal en la etapa escolar.

CUADRO DEL PROGRAMA de ACTIVIDADES:

FECHA	HORA	ACTIVIDAD/OPONENTE	TEMA	DIRIGIDA A
JUEVES 2 DE FEBRERO	17:00 - 18:30	José Manuel Beirán Lozano (Psicólogo, exdeportista y medallista olímpico) "Los padres también juegan haciendo equipo"	Temas: Progresión del deporte a lo largo de la escolaridad y psicología y deporte.	ABIERTA PÚBLICO
LUNES 6 DE FEBRERO	15:30 - 18:30	Taller Departamento de Orientación "¿Sabes ya qué deporte le conviene a tu hijo?"	Criterios educativos para la realización de la actividad física de iniciación	Padres E.I. E.P.O.
	18:30 - 20:00	Rafael Guerrero Alonso (Entrenador internacional de fútbol y colaborador en medios de comunicación) Fútbol Base Internacional presenta "El Fútbol y la Vida"	Valores que se pueden aplicar al deporte. Exposición de actividades organizadas por futbolbaseinternacional.com	ABIERTA PÚBLICO
MARTES 7 DE FEBRERO	11:30 - 14:30	Taller Deporte Paralímpico. Noel Martín Infante y Carlos González García (Campeones del Mundo Ruitánдем 2014)	La práctica deportiva en la superación de la discapacidad.	Alumnos
	17:00 - 18:30	Ana García Rodríguez y Blanca Blanco (Pediatra y enfermera EAP I). "El poder de las primeras decisiones: hábitos saludables"	Temas: progresividad en los hábitos de alimentación, higiene y sueño (cuándo hacer cambios adecuados a la edad)	Padres E.I. E.P.O.
MIÉRCOLES 8 DE FEBRERO	17:00 - 18:30	Juan Antonio Corbalán Alfaro (Médico, exdeportista y medallista olímpico). "El atleta que hay en ti. De la medalla a la salud"	Temas: El desarrollo fisiológico en las distintas etapas. El deporte de competición y la actividad física.	ABIERTA PÚBLICO
JUEVES 9 DE FEBRERO	17:00 - 18:30	Antonio Prieto Velasco e Iñaki Prieto Suárez. Francisco Guerra González y Javier Guerra Polo. [Atletas y exatletas internacionales] "El mejor ejemplo sin salir de casa"	Temas: El apoyo familiar en la iniciación deportiva y, en su caso, en la alta competición.	ABIERTA PÚBLICO
DOMINGO 12 DE FEBRERO	13:00	EUCARISTIA FAMILIAR		ABIERTA PÚBLICO

Categoría:

[Noticias de Familia](#) [7]

[8] [8] [8]

URL de origen: <https://www.claretianos.es/noticias/01-02-2017/semana-familia-colegio-claret-segovia>

Enlaces:

[1] <http://www.claretsegovia.es/>

[2] https://es.wikipedia.org/wiki/Juan_Antonio_Corbal%C3%A1n

[3] https://es.wikipedia.org/wiki/Jos%C3%A9_Manuel_Beir%C3%A1n

[4] https://es.wikipedia.org/wiki/Rafa_Guerrero

[5] [https://es.wikipedia.org/wiki/Antonio_Prieto_\(atleta\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Antonio_Prieto_(atleta))

[6] [https://es.wikipedia.org/wiki/Javier_Guerra_\(atleta\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Javier_Guerra_(atleta))

[7] <https://www.claretianos.es/noticias/noticias-familia>

[8] <http://www.addthis.com/bookmark.php?v=250>