

Quillota: Colegio Canadá fortalece la participación de apoderados con exitoso taller de acondicionamiento físico

Conscientes de que la educación va más allá del aula y de que el bienestar integral de la comunidad escolar es clave para el desarrollo de sus estudiantes, el Colegio Canadá de la Red de Educación Pública de Quillota REDQ, ha dado un paso innovador, implementar un taller de acondicionamiento físico dirigido a apoderados y apoderadas, una iniciativa que ya muestra importantes resultados en participación, salud y sentido de comunidad.

Este espacio fue generado a partir de una necesidad manifestada directamente por los propios apoderados a través del PADEM participativo 2024, una instancia que recoge la voz de todos los estamentos de la comunidad educativa. A partir de esta inquietud, el equipo directivo - en conjunto con los docentes de Educación Física - gestionó y planificó la propuesta.

Anuncio Patrocinado



El taller, guiado por Cristian Gómez Suárez, alumno en práctica del CFT PUCV de la carrera Técnico de Nivel Superior en Preparación Física y Gestión de Eventos Deportivos y Recreativos, se desarrolla los días martes y jueves de 8:00 a 9:15, y contempla rutinas funcionales enfocadas en el trabajo cardiovascular y de fuerza, utilizando máquinas como bicicletas estáticas, elípticas, trotadoras y otros implementos deportivos. Las clases, que se han mantenido por cerca de dos meses, cuentan con una participación constante de entre 15 y 20 personas, entre apoderadas y apoderados.

“También permite poder dar a conocer a través de ellos mismos, que son el pilar

fundamental para los niños, poder dar a conocer lo que es la educación física, la actividad física, que es importante para el día a día” enfatizó el encargado del taller.



WAWM | PUBLICIDAD

AGENCIA DE PUBLICIDAD

- Impresiones
- Manejo de redes sociales
- Videos y fotografías profesionales

Conversemos por WhatsApp

Desde el punto de vista institucional, esta propuesta responde directamente al énfasis que el colegio ha puesto en el bienestar socioemocional de toda su comunidad. Tal como destacó la directora del establecimiento Marianne Ramírez Urbina, el Plan de Mejoramiento Educativo (PME) del colegio contempla el cuidado colectivo como un eje estratégico.

“Nosotros reflexionamos como equipo que no teníamos muchas actividades para los apoderados. Y las apoderadas querían realizar hartas acciones como hermostear espacios, pero no teníamos algo para que ellas tuvieran un autocuidado. Así que están súper motivados y quieren formar un grupo, un equipo de trabajo que nos represente también en otras actividades. Queremos potenciar también la actividad de los apoderados, porque si tenemos la alianza con los apoderados vamos a tener resultados también con las estudiantes, porque es una alianza que nosotros debemos formar con las familias.”, señaló la directora.

El inspector general, Julio Carvajal, refuerza esta visión al explicar que integrar a las familias en la vida escolar es fundamental. “Nosotros no podemos ejercer nuestra labor en el colegio si no es que tenemos a la familia. Entonces, una de las formas de hacer un nexo

Quillota: Colegio Canadá fortalece la participación de apoderados con exitoso taller de acondicionamiento físico

con la familia, un lazo con la familia, es tenerlas acá. Y es que ellos también vean cómo funciona el colegio”.

Además, el éxito de este taller ha motivado nuevas ideas. Actualmente, los apoderados están organizándose para gestionar indumentaria deportiva y proyectan incluso formar un equipo representativo del colegio en futuras actividades recreativas. También se está planificando una feria de emprendimiento familiar, como otra forma de visibilizar y potenciar los talentos y oficios de la comunidad.

BIENESTAR QUE INSPIRA A TODA LA FAMILIA

El taller ha sido percibido por las y los participantes como un espacio no solo físico, sino también emocional. Así lo comentó Teresa Ramírez, apoderada del 2ºA, quien destacó cómo el ejercicio ha contribuido a su bienestar personal, ayudándola a enfrentar el estrés y a fortalecer redes de apoyo con otras familias.

“A mí me ha hecho sumamente bien, a mis compañeras igual, porque muchas mamás están con depresión, tenemos problemas durante el día, pero esto lo saca de todo eso, lo saca de la rutina de nuestras casas, lo hace ser más positiva, también nosotros somos un ejemplo para nuestros hijos, entonces como un ejemplo que les damos a nuestras hijas de ser constantes y venir, así que estoy muy feliz participando en este taller aquí en el Colegio Canadá.” dijo la apoderada.

Fabiola Jaramillo, también apoderada del 2ºA, expresó que este espacio le ha permitido mejorar su salud y mantenerse activa pese a sus problemas de presión arterial. “Me ayudan en el tema de salud ya que sufro presión arterial, así que me recomendaron hacer ejercicio y el hecho de que hayan abierto uno en el colegio y no tenga uno que pagar es súper cómodo para mí porque aparte ya vengo a dejar a mi niña, me quedo a acondicionamiento. He conocido a otras apoderadas de otros cursos, no solamente del curso de mi hija. Me ha servido también para socializar, o sea me ha ayudado hartito y ojalá muchos papás se integren cuando se enteren que está funcionando súper bien el acondicionamiento acá en el colegio.

Para Pamela Zabalaga, exalumna del colegio y madre de dos estudiantes de Quinto Básico y Primero Medio, el taller ha generado un impacto profundo.

“Ya llevamos más de un mes, es maravilloso, se nota el cambio, la diferencia, uno está con más ánimos y más que todo agradecer al colegio por darle un espacio a los apoderados, porque yo sé por otros colegios todavía no se implementa este sistema, así que agradecida

Quillota: Colegio Canadá fortalece la participación de apoderados con exitoso taller de acondicionamiento físico

al colegio por el tema del acondicionamiento físico, el taller para nosotros...Yo ya tengo 41 años, entonces hace mucho tiempo que no hacía ejercicio y con esto, maravilloso, de verdad, se siente uno físicamente, psicológicamente mejor” manifestó la apoderada.

Con esta iniciativa, el Colegio Canadá no solo responde a una necesidad real de su comunidad, sino que reafirma su compromiso con una educación integral, participativa y centrada en el bienestar colectivo, demostrando que cuando la escuela y las familias trabajan juntas, el impacto se multiplica.

y tú, ¿qué opinas?