**Título: Educación Física para un planeta saludable: Proyecto de Mejoramiento Ambiental Inclusivo.**

**Autor: MSc. Lenier Borges Primelles. Profesor Auxiliar. Investigador Agregado. Filial de Ciencias Médicas Nuevitas.** [**lenierbp@gmail.com**](mailto:lenierbp@gmail.com) **58160545**

**Resumen**

El Proyecto de Mejoramiento Ambiental Inclusivo" es una iniciativa innovadora que combina el ejercicio físico con el cuidado del medio ambiente, diseñado especialmente para que todos los estudiantes puedan participar, sin importar sus habilidades o condiciones físicas. A través de actividades como caminatas ecológicas, deportes al aire libre y talleres sobre reciclaje y salud, este proyecto no sólo promueve un estilo de vida activo, sino que también enseña cómo proteger nuestro planeta. Además, se utilizan espacios adaptados y materiales reciclados para garantizar que nadie quede excluido, incluyendo a estudiantes con discapacidad. Entre las actividades más destacadas están las "carreras verdes" (eventos deportivos sin plásticos) y jornadas de reforestación con dinámicas deportivas, que fomentan el trabajo en equipo y la responsabilidad ambiental. Los beneficios son claros: mejora la condición física, reduce el estrés, fortalece la convivencia escolar y contribuye a reducir la contaminación. Este proyecto demuestra que, a través del deporte y la educación física, los estudiantes podemos ser agentes de cambio para construir un futuro más saludable, inclusivo y sostenible.

**Palabras clave**: Educación física, medio ambiente, inclusión, estudiantes, sostenibilidad.