ACTA 1

FECHA: 11 de abril del 2025

HORA: 7:00 Am

LUGAR: Jardín Infantil Cofinanciado Emanuel

TEMA: Actividad de bienestar, actividad física “pausas activas”

ASISTENTES: Talento humano del jardín

ORDEN DEL DÍA

- Bienvenida
- Estiramientos y ejercicios físicos
- Despedida

PROPOSITO:

Fortalecer en el talento humano del Jardín Infantil Emanuel prácticas, hábitos y estilos de vida saludables que contribuyan a su bienestar físico, emocional y social, brindándoles la oportunidad de crear pausas activas para disfrutar de espacios y escenarios diversos, estas dinámicas permitirán la integración del equipo, favoreciendo el fortalecimiento de las relaciones interpersonales, el trabajo en equipo, la cooperación, el buen trato y la empatía, como aspectos fundamentales para mantener un ambiente laboral armónico y enriquecedor.

DESARROLLO:

El talento humano del Jardín Infantil Cofinanciado Emanuel se reunió en el patio del jardín los días martes y jueves en el horario de 7:00 a 7:30 am y de 4:30 a 5:00 pm del mes de Abril del 2025, según el cronograma creado para el desarrollo de la actividad física, esto con el propósito de fortalecer prácticas, hábitos y estilos de vida saludables, generando ambientes significativos y enriquecedores de armonía, goce y diversión, lo que permitió una mayor interacción e integración entre el personal que labora en la unidad operativa. Para iniciar la actividad propuesta, se realizaron ejercicios de estiramiento con el fin de calentar el cuerpo, prevenir posibles accidentes y evitar esfuerzos innecesarios. Durante esta fase de calentamiento, se ejecutaron movimientos específicos con cada una de las partes del cuerpo, favoreciendo el fortalecimiento de la expresión motriz y corporal de los participantes.

Durante este mes, la actividad física se ha centrado en aspectos fundamentales de la movilidad articular, con el objetivo de preparar las articulaciones para actividades físicas más exigentes, se realizaron ejercicios que fomentan el trabajo cardiovascular de manera leve, con el fin de incrementar la resistencia y realizar una prueba cardiaca básica, además, se llevaron a cabo juegos diseñados para estimular la mente, ayudando a desconectar y relajar a los participantes de las rutinas diarias, en cuanto a la elongación muscular, se trabajó para mejorar el tono muscular durante la fase excéntrica del movimiento, enfocándose en el estiramiento de los músculos a través de la actividad física, a lo largo de las sesiones, se fortaleció el trabajo en equipo, buscando que las dinámicas de los juegos y actividades promovieran la unión, la cooperación, la empatía, el respeto y el buen trato entre los participantes.

La implementación de actividades físicas permite que el talento humano se sienta motivado y satisfecho, ya que estos ejercicios contribuyen a mantenerlos más activos, lo que facilita la realización de las labores asignadas con mayor esfuerzo y dedicación, estas dinámicas no solo fomentan la unión y el trabajo en equipo, sino que también promueven la adopción de hábitos y estilos de vida saludables, mejorando tanto la salud mental como física, al integrar estas actividades en su rutina, se enriquecen el desarrollo de habilidades y destrezas, logrando que cada día los participantes se vuelvan más activos, dinámicos y extrovertidos.

En algunos momentos, se ha observado que el grupo del martes no ha podido participar plenamente en las dinámicas de actividades físicas debido a algunas labores que no pueden posponer, esta situación ha generado una reacción por parte del grupo de los jueves, quienes han resaltado la importancia de que todas las personas participen en estas actividades, dedicándose un tiempo para ejercitar el cuerpo, por ello, se extiende una invitación al talento humano para seguir participando activamente en estos espacios lúdicos, los cuales promueven la armonía, tranquilidad, goce y relajación, favoreciendo así el bienestar integral de cada uno y fortaleciendo el sentido de amor y cuidado hacia su salud dentro del entorno laboral.

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



Elaborado por: Paola Buitrago

Comité de talento humano.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Sandra Agonza C	P. aseo chigiene	JIC EMANUEL	
Sandra Para Lozano	Profesiona. A. Primera In.	JIC EMANUEL	
Nubia Cortes	Profes Aten Infanc.	JIC EMANUEL	
Gloria c Nieto	P. aseo ehigiene	JIC EMANUEL	Gloria c Nieto
Jinet A Chacon B	Prof. aten. Prim Inf.	JIC EMANUEL	Alejandra Ch.
Ibia Pinzon	P. A. Primera Inf	JIC EMANUEL	
Luisa Ramírez	Pr. At. Primera Infan.	JIC EMANUEL	
Ximena Ariza	Prof: Atencion Prim Inf.	JIC EMANUEL	
Jen Andrea Flamy	Prof Aten Primera Inf	JIC EMANUEL	
Sandra M. Moque Diaz	Profesional Atencion Primera Infancia	JIC EMANUEL	
Carolina Hortas B	P. aseo, ehigiene	JIC EMANUEL	Carolina Hortas
Yilibeth Sanchez Ch	Aux. At Prim Inf.	JIC EMANUEL	
Hector Giovanny Pulido	Prof Aten Prim Inf	JIC EMANUEL	
Lucelus Rodriguez	M. Alimentos	JIC EMANUEL	
		JIC EMANUEL	
		JIC EMANUEL	
		JIC EMANUEL	
		JIC EMANUEL	
		JIC EMANUEL	

Anexos: Actividad física

Elaboró: Paola Buitrago
Comité de Talento humano
11 Abril del 2025

Powered by CamScanner