ACTA N°

FECHA: Bogotá, 19 de mayo de 2025

HORA: 1:00 pm – 2:00 pm

LUGAR: Jardín Infantil Avesol

TEMA: Fortalecimiento al equipo pedagógico sobre:

- Protocolo de Promoción de actividad física.

ASISTENTES: Talento humano , profesional del componente de salud y nutrición y responsable de la unidad operativa.

ORDEN DEL DÍA:

1. Dar a conocer los objetivos de los temas a tratar
2. Socialización de protocolo de Actividad Física

DESARROLLO:

Objetivos:

- Orientar al talento humano del jardín infantil Avesol para la promoción de la actividad física en las niñas y los niños, a través de la implementación de acciones que conlleven a la adquisición de esta práctica como estilo de vida saludable a fin de contribuir a su crecimiento y desarrollo integral.

Por medio de unas diapositivas que se comparten al talento humano se da a conocer el protocolo de actividad física .

Actividad física: Es cualquier movimiento corporal voluntario producido por la contracción muscular esquelética, resultando en un incremento del gasto energético por encima de los requerimientos en estado de reposo. Para las niñas y los niños esto puede incluir caminar, gatear, correr, saltar, equilibrarse, trepar objetos, bailar, montar juguetes con ruedas, ciclismo, saltar la cuerda, entre otros.

En la primera infancia, las niñas y niños dentro de sus procesos de desarrollo estructuran en gran manera sus capacidades sociales, cognitivas, perceptivas y motoras; por esta razón, un entorno familiar, social y educativo debe permitir que las niñas y niños se muevan libremente, desarrollando experiencias de reconocimiento y expresión del cuerpo que potencien el desarrollo corporal, en un entorno que promueva la actividad física, favoreciendo a su vez el desarrollo social, cognitivo, psicológico y físico de las niñas y los niños.

De la misma forma, la promoción de la actividad física en la primera infancia es una acción primordial para la garantía del derecho a la salud de las niñas y los niños, ya que representa un factor protector que previene enfermedades como la obesidad, sobrepeso y enfermedades crónicas, favoreciendo el mantenimiento de un adecuado estado de salud, crecimiento y desarrollo, por lo tanto, la práctica de la actividad física hace parte de un estilo de vida saludable.

Los jardines infantiles públicos, privados y las casas de pensamiento intercultural, como modalidades que brindan educación inicial en un entorno institucional, deben promover experiencias pedagógicas y espacios para el movimiento, prácticas de cuidado de la salud de las niñas y los niños y estrategias de orientación a las familias, para que, desde un abordaje integral, se promueva la actividad física en las niñas y los niños en primera infancia.
Es importante dar a conocer que *El rol de la maestra y el maestro se deben centrar en brindar oportunidades que ofrezcan seguridad y que permitan a las niñas y los niños descubrir su cuerpo como vehículo de comunicación y de acción, que les permite adaptarse y apropiarse de su entorno, enriqueciendo a través de este trabajo pedagógico la experiencia de ellas y ellos en los jardines infantiles.*

Generar espacios activos y saludables dentro de las planeaciones pedagógicas, donde se promueva diversas posibilidades de movimientos, de forma individual o interactuando con sus compañeros. Aprovechar los espacios, tanto el aula, el hogar o los espacios comunes donde niñas y niños pueden jugar. Así mismo, aquellos espacios extramurales que facilitan el movimiento y el juego al aire libre o en espacios cubiertos que se adecuan a la práctica de actividad física.

Niñas y niños de 1 a 2 años (OMS 2019):

Actividad física: pasar al menos 180 minutos realizando diversos tipos de actividad física de cualquier intensidad, incluida la actividad física de intensidad moderada a elevada, distribuidos a lo largo del día; cuanto más, mejor.

Comportamiento sedentario: no deben permanecer sujetos o inmovilizados durante más de una hora seguida (por ejemplo, en coches, sillas o sujetos a la espalda de un cuidador) ni permanecer sentados durante períodos prolongados de tiempo. En las niñas y niños de 1 año, no se recomienda que permanezcan inmóviles ante una pantalla (por ejemplo, viendo la televisión o videos, jugando con la computadora).

Las/los niñas/os de 2 años, no deben permanecer inactivos ante una pantalla más de 1 hora; menos es mejor. En momentos de inactividad, se recomienda que participen en la lectura y narración de historias con un cuidador.

Sueño: Tener entre 11 a 14 horas de sueño de buena calidad, incluidas las siestas diurnas, con periodos regulares de sueño y vigilia.

Niñas y niños de 3 a 4 años (OMS 2019):

Actividad física: permanecer al menos 180 minutos distribuidos a lo largo del día, haciendo diversos tipos de actividad física de cualquier intensidad, de los cuales al menos 60 minutos serán de actividad física de intensidad moderada a vigorosa o enérgica, cuanto más, mejor.

Comportamiento sedentario: no deben permanecer sujetos o inmovilizados durante más de una hora seguida (por ejemplo, en coches, sillas) ni permanecer sentados durante períodos prolongados de tiempo. No deben permanecer inactivos ante una pantalla más de 1 hora; menos es mejor. En momentos de inactividad, se recomienda que participen en la lectura y narración de historias con un cuidador.

Sueño: tener entre 10 a 13 horas de sueño de buena calidad, lo que puede incluir una siesta diurna, con periodos regulares de sueño y vigilia.

A continuación se da a conocer algunas posibilidades de trabajo pedagógico para promover la actividad física desde el enfoque de la educación inicial en los jardines infantiles públicos, privados y casas de pensamiento intercultural:

- Disponer de ambientes seguros y ricos en experiencias sensoriales que les permitan a las niñas y los niños desplazarse con confianza por todo el espacio, a través del gateo y la marcha, sin tener que depender mucho del adulto.
- Disponer de variedad de objetos que llaman la atención de las niñas y los niños para que puedan moverse libremente por el espacio y elegir el que sea de su preferencia.
- Construir espacios para que las niñas y los niños decidan dónde estar, a qué jugar y con quién hacerlo.
- Acompañar las conquistas de las niñas y los niños con su cuerpo y movimiento que se dispone para expresar, "sentir, actuar y jugar".
- Plantear recorridos por el jardín, barrio o casa para identificar características del lugar donde viven, las costumbres y rituales propios de su contexto, de manera que desarrollen su identidad individual y colectiva.
- Proponer experiencias en las que las niñas y los niños exploran los lugares en los que se encuentran y pueden incluso alcanzar ciertos objetos, reconociendo la posición de sus cuerpos en los espacios.
- Crear situaciones en las que las niñas y los niños identifican los límites de su propio cuerpo, con lo que logran diferenciarse del resto del entorno. Este se considera el principio del proceso de estructuración de las sensaciones y de las relaciones espaciales y temporales.
- Construir situaciones en las que las niñas y los niños experimentan sensaciones internas asociadas al movimiento y al equilibrio, al ser mecidos, al girar en los brazos del adulto, al trepar por su cuerpo y al desafiar la gravedad.
- Permitir que las niñas y los niños realicen cambios de posiciones de manera natural en el espacio en el que se encuentran, sin forzar ni precipitar modificaciones en sus posiciones.

- Proponer experiencias en las que las niñas y los niños se desplacen por el espacio de distintas formas, con lo que amplían sus posibilidades de exploración y satisfacción de sus intereses.
- Realizar actividades en las que las niñas y los niños toman conciencia de su propio cuerpo y reconocen lo que pueden hacer y aquello que no, como, por ejemplo, saltar a diferentes alturas, trepar o pasar por superficies dispuestas a diferentes alturas.

- Disponer los espacios y objetos para que las niñas y los niños exploren, alcancen diferentes posturas, tengan experiencias táctiles a partir de representaciones gráficas en relieve, con colores, olores y sonidos, de manera que sean accesibles para todas las niñas y los niños a partir de sus sentidos.
- Propiciar el conocimiento de las niñas y los niños sobre el esquema corporal, su cuerpo, sus manifestaciones y sus distintas funcionalidades desde sus capacidades para moverse, que les permitan realizar posturas con eficacia y mantener el equilibrio, hasta la posibilidad de ver, sentir, escuchar, oler y probar.
- Descubrir y crean con las niñas y los niños un mundo visual de colores, formas y movimientos en los que se despliega toda su imaginación y creatividad.
- Disponer ambientes o recursos para que las niñas y los niños más pequeños puedan ver, tocar, oír, oler, degustar, moverse, sentir diferentes temperaturas, tener contacto corporal con otros, como parte de experiencias estéticas que contribuyan a su descubrimiento sensorial.
- Crear experiencias, juegos y otras situaciones en las que los gestos y los movimientos corporales sean la principal vía de manifestación individual.

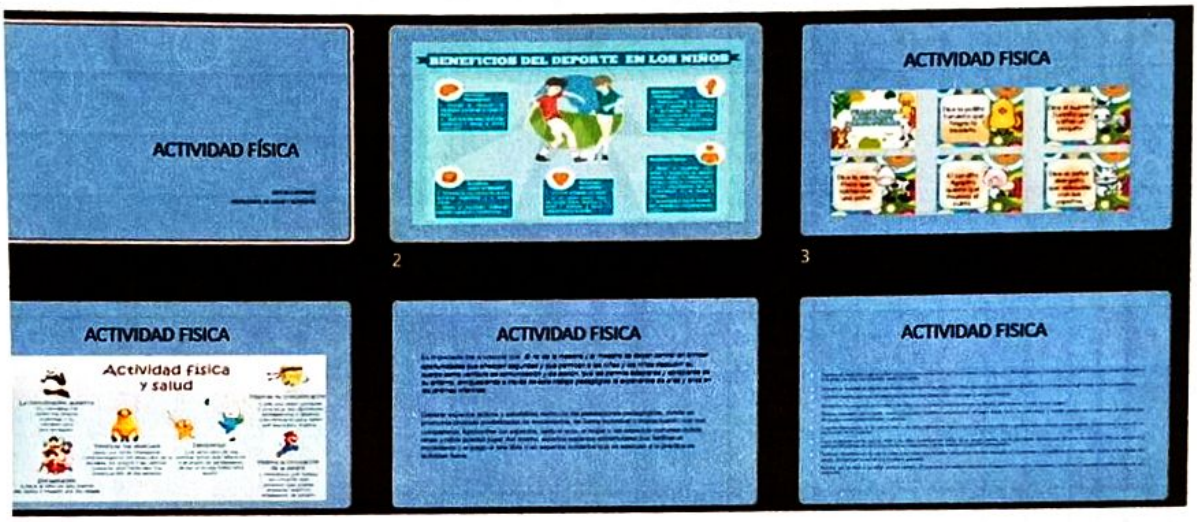
- Brindar espacios para el reconocimiento de rasgos propios de las culturas, a partir de la música y la expresión corporal en la danza.
- Permiten descubrir la posibilidad de exploración de los objetos a través del uso de sus sentidos, y el desplazamiento en el espacio cercano para así manipular diferentes tipos de objetos que se encuentren presentes en su entorno.
- Las niñas y los niños conocen, exploran y descubren el mundo de los objetos cuando las maestras y los maestros generan experiencias para que establezcan relaciones espaciales con su cuerpo-objeto, sujeto-objeto, objetos entre sí, objetos estáticos y objetos en movimiento, para luego establecer relaciones en el espacio con personas y objetos como cerca de, lejos de, arriba de, debajo de, delante de, detrás de, encima de, debajo de, afuera de, dentro de.

Soportes de implementación

Existen varios insumos a tener por parte de los jardines infantiles públicos, privados o casas de pensamiento intercultural, para verificar la promoción de la actividad física con las niñas y los niños:

- Resultados de caracterización realizada, la socialización a los padres de familia y el plan de promoción de actividad física diseñado.
- Inclusión de la promoción de actividad física en el Proyecto Pedagógico del jardín infantil público, privado o casa de pensamiento intercultural con base en la caracterización realizada y el plan de promoción de actividad física diseñado.
- Estrategias de información, educación y comunicación dirigidas a familias o cuidadores para la promoción de la actividad física, que incluya fechas y metodología establecida.
- Actas y listas de asistencia a talleres o reuniones con talento humano del jardín infantil infantiles.

- Evidencias de boletines, folletos, plegables, carteleras, medios digitales u otros documentos utilizados como medios de apoyo para la divulgación de la importancia de la práctica de actividad física con talento humano de la institución, familias o cuidadores.
- Evidencia de las actividades de promoción y práctica de la actividad física con las niñas y los niños con base en el plan de promoción de actividad física.



Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Graciela Barrera	Enfermera	Infancia	Graciela

Anexos: lista de asistencia

Elaboró: GRACIELA BARRERA BETANCOURT

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023	
Versión: 2	
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024	
Página: 1 de 1	

1. Tema: Fortalecimiento talento humano Actividad física 2. Lugar o Localidad o Sede: J.I. Avesol 3. Fecha y hora: 19-05-2025

4. Nombre responsable: Graciela Barrera 5. Dependencia responsable: Infancia.

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Alejandra Rubio	CC	52777313	J. Avesol	Responsable	Contratista	[illegible]	3214620031	
2	Diana Carolina Diaz	CC	1023891608	J. avesol	Profesional en APS	contratista	diancarol28@hotmail.com	3203477096	Diana Diaz
3	Laura Zuluaga Tellez	CC	1000983728	J. Avesol	Profesional en API	Contratista	[illegible]	3159082693	
4	Yeimi Natalia Hernández Ochoa	C.C	1010238784	J Avesol	Profesional en API	contratista	[illegible]	3004104760	Natalia H.
5	Elena Cáceres Pérez	CC	24037974	J. Avesol	Profesional en API	Contratista	[illegible]	3004865850	
6	Diana Milena Borray	Cc.	1016027372	J. Avesol	Profesional en API	Contratista	[illegible]	3232045524	
7	Sonia Perez montaña	CC	1025926454	J. AVESOL	Auxiliar en API	Contratista	[illegible]	3194651253	SONIA PEREZ
8	Guillermo Diaz M	CC	2265.256	J. Avesol	Docente	Contratista	[illegible]	311.4576574	
9	Sara Hele Hoz	CC	52064721	J Avesol	Manipuladora de alimentos	Contratista	[illegible]	3106951813	Sara Hele.
10	Erica Holguin	CC	1031471990	J Avesol	Manipuladora de Alimentos	Contratista	[illegible]	3233895441	Erica Holguin
11	Nubia Perez	CC	51779302	Javesol	Auxiliar Servicios G.	Contratista	[illegible]	3157945013	Nubia Perez
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausas saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.