COMPONENTE BIENESTAR INTEGRAL

ACTA PROMOCIÓN ACTIVIDAD FÍSICA

JARDIN INFANTIL SEMBRANDO CAMINO

FECHA: 29 de agosto de 2025

LUGAR: Jardín Infantil Sembrando Camino.

ASISTENTES: Niños y niñas del Jardín Infantil sembrando Camino.

TEMA: Promoción de actividad física "Muévete con tus sentidos, libre y feliz"

PROFESIONAL RESPONSABLE: Yesenia Rosales, profesionales de atención a primera infancia del jardín.

DESARROLLO:

Durante el día de hoy, viernes 29 de agosto, se desarrolló la promoción de actividad física con los niños y niñas del Jardín Infantil Sembrando Camino.

En la fecha mencionada, se llevó a cabo una jornada de promoción de actividad física con los niños y niñas del Jardín Infantil Sembrando Camino. La actividad se desarrolló durante la jornada, con la participación activa del personal docente y de apoyo del establecimiento.

Durante la jornada, se realizaron ejercicios de movilidad, juegos dirigidos y dinámicas grupales orientadas a fomentar el movimiento y el desarrollo motriz. Las actividades fueron adaptadas a la edad de los participantes y se realizaron en un ambiente seguro y controlado.

El objetivo principal de la actividad fue promover hábitos de vida saludable a través del ejercicio físico y cero pantallas.

La jornada concluyó sin incidentes y con una participación general positiva por parte de los niños y niñas.

De esta jornada se pudo apreciar lo siguiente:

PARVULOS A: Los niños y niñas participaron con entusiasmo en los movimientos de percusión corporal y en la imitación de animales, explorando libremente lo que sus cuerpos pueden hacer. Durante el círculo de reflexión compartieron sus ideas sobre la importancia de moverse y jugar, escuchando y expresando sus emociones de manera respetuosa. Al marcar los dibujos de acciones poco saludables, demostraron comprensión sobre el cuidado de su cuerpo. En general, mostraron alegría, motivación y conciencia sobre la actividad física y su bienestar.

PARVULOS B: Para el día de hoy se programó una asamblea llamada "Me muevo y soy feliz", cuyo propósito fue que los niños comprendieran la importancia de darle prioridad a la actividad física, compartir con sus amigos y vivir nuevas experiencias en compañía de ellos, reduciendo así el uso de las pantallas. Para este espacio se proyectaron algunos videos especiales que mostraban diferentes movimientos corporales que podían realizarse tanto dentro como fuera de casa, o en el jardín, siempre en compañía de los amigos. Los niños iban imitando estos movimientos y, para hacerlo más divertido, comenzaron a representar animales con su cuerpo: saltaron como canguros, brincaron como ranas, volaron como pájaros y se desplazaron por todo el salón con gran entusiasmo. Posteriormente, los niños tomaron asiento y, en un círculo de la palabra, reflexionaron sobre la importancia de no depender del celular. De manera espontánea, expresaron: "No celular, sí parque". Sin embargo, muchos reconocieron que en casa a veces se les presta este dispositivo; Eidhan y Dylan, por ejemplo, compartieron que en ocasiones sus padres se los entregan. La docente les explicó que no se trata de eliminar el celular por completo, sino de reducir los tiempos de uso y darle mayor prioridad a la actividad física, al juego simbólico y a otras experiencias que fortalezcan su bienestar y desarrollo integral

PARVULOS C: En el grupo de **Párvulos C**, la actividad **"Me muevo y soy feliz"** se vivió con entusiasmo genuino y mucha disposición al juego. Desde los primeros sonidos de la percusión corporal, los niños comenzaron a explorar movimientos con libertad, siguiendo el ritmo con palmadas, saltos suaves y giros espontáneos. Al ver los videos de imitación de animales, las risas fueron frecuentes mientras intentaban correr como tigres, gatear como osos o saltar como ranas. La propuesta fue clara y cercana para su edad, permitiéndoles descubrir que moverse no solo es divertido, sino también una forma de expresarse y sentirse bien. En el momento de reflexión, varios compartieron que les gusta correr y jugar más que estar frente a una pantalla, aunque algunos también mencionaron dibujos animados que disfrutan. La docente acompañó con escucha respetuosa, reforzando el

valor del movimiento. Al finalizar, todos participaron marcando la imagen correspondiente, entendiendo que cuidar el cuerpo también significa elegir el juego activo. La experiencia dejó una sensación colectiva de bienestar, y reafirmó que, en esta etapa, moverse no es solo necesario, sino parte esencial de ser niños.

PARVULOS D: La jornada inició con entusiasmo y curiosidad, donde los niños y niñas exploraron la percusión corporal, algunos imitaban con rapidez y otros lo hacían a su propio ritmo descubriendo que su cuerpo también puede ser un instrumento musical, ya en el momento de la imitación de animales el espacio se llenó de risas y movimiento corrían saltaban gateaban y giraban disfrutando la libertad de moverse, dando paso a que conversáramos sobre la importancia de mantener nuestro cuerpo activo, de realizar ejercicios o algún deporte, ya que eso ayuda y mantiene sano a nuestro cuerpo, allí algunos compartieron que montaban bici, que los papás los llevaban al parque, que jugaban futbol, que a veces sacaban al perro y jugaban; también se enfatizó que el uso de pantallas de forma excesiva es malo para nuestra salud. Para el último momento donde se debía de marcar con una X la imagen relacionada con pantallas, permitió hacer un gesto simbólico de elegir más juegos y movimiento en vez de pantallas.

PREJARDIN A Y B: Al dar inicio al día, se explicó que compartiríamos un espacio para movernos, jugar y descubrir lo valioso que es nuestro cuerpo. Se colocó música y todos se animaron a seguir los movimientos. Catleya y Violet fueron las primeras en imitar los pasos con entusiasmo, motivando a los demás. Luego, Nicolás y Darwin participaron mostrando movimientos creativos como saltos y giros, lo que generó risas y aplausos. Más adelante, al momento de explorar lo que nuestro cuerpo puede hacer, Mía y Dominic N. levantaron la mano para compartir que se sienten felices cuando corren y juegan con sus amigos. Samara expresó que le gusta bailar, mientras que Jhon comentó que le hace bien jugar fútbol porque lo llena de energía, entre todos invitamos movimientos y sonidos de animales evidenciando dominio de su cuerpo al representarlos. Durante la conversación sobre la importancia de cuidarnos y movernos todos los días, Miguel recordó que jugar también es una forma de jugar, y Erick añadió que estar mucho

PREJARDIN C: Durante la actividad se conversó con los niños y las niñas sobre la importancia de moverse y realizar ejercicio físico todos los días, explicándoles cómo esto les ayuda a crecer sanos, fuertes y llenos de energía. También se habló sobre lo negativo de pasar demasiado tiempo frente a las pantallas, resaltando que cuando juegan, corren o saltan, se divierten más, comparten con sus amigos y cuidan mejor su salud

PREJARDIN D: Los niños y niñas participaron con entusiasmo en cada momento de la actividad, disfrutaron imitar movimientos con percusión corporal y se expresaron libremente al moverse como animales, mostrando alegría y energía, durante el diálogo, compartieron sus opiniones con sinceridad, reflexionando sobre la importancia de moverse y jugar, finalmente, marcaron con decisión el dibujo que representa el uso excesivo de pantallas, ya que es dañino para los ojos, reafirmando su preferencia por el juego activo, la experiencia fue vivida con gran motivación, participación y disfrute por parte de todos.

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
















PIC•COLLAGE


PIC•COLLAGE