

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO AYUDA DE MEMORIA	Código: FOR-GD-040
		Versión: 1
		Fecha: I2026022259 – 07/07/2026
		Página: 1 de 3

Lugar	Jardín Infantil Puente Aranda
Fecha	28/08/2026
Tema	<p>ESTILOS DE VIDA SALUDABLE Y PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA PRIMERA INFANCIA</p> <p>Promover en los niños y niñas la adquisición de estilos de vida saludable mediante experiencias significativas de movimiento, actividad física, juego y recreación, fortaleciendo el desarrollo integral, las habilidades motoras, la autonomía y el bienestar físico y emocional.</p> <p>Asimismo, se busca sensibilizar al talento humano y a las familias sobre la importancia de mantener hábitos saludables tanto en el jardín infantil como en el hogar.</p>
Desarrollo	<p>Durante la jornada la nutricionista Laura Colmenares realizó una socialización sobre la importancia de implementar estilos de vida saludable desde la primera infancia, entendiendo que los hábitos adquiridos durante los primeros años pueden favorecer el bienestar y el desarrollo integral de los niños y niñas.</p> <p>Se explicó que un estilo de vida saludable no se limita únicamente a la alimentación, sino que comprende diferentes aspectos relacionados con el bienestar físico, emocional y social, entre ellos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar actividad física y movimiento diariamente. • Participar en juegos activos y experiencias recreativas. • Mantener una alimentación variada y equilibrada. • Consumir agua frecuentemente. • Mantener adecuados hábitos de higiene. • Favorecer momentos suficientes de descanso y sueño. • Disminuir el tiempo dedicado a actividades sedentarias. • Fortalecer el bienestar emocional y las relaciones positivas. • Disfrutar de espacios al aire libre y de contacto con el entorno. <p>Se resaltó que, en la primera infancia, el juego constituye una herramienta fundamental para promover el movimiento y la actividad física, permitiendo que los niños y niñas desarrollen sus capacidades mientras disfrutan, exploran y comparten con sus compañeros.</p> <p>IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA PRIMERA INFANCIA</p> <p>Durante la socialización se destacó que el movimiento y la actividad física contribuyen al desarrollo integral de los niños y niñas, favoreciendo aspectos como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de la motricidad gruesa y fina. • Fortalecimiento del equilibrio y la coordinación. • Desarrollo de la orientación espacial. • Fortalecimiento de músculos y habilidades corporales. • Desarrollo de la autonomía y seguridad en sí mismos. • Estimulación de la atención y la exploración. • Favorecimiento de la interacción y socialización. • Expresión de emociones a través del cuerpo. • Disfrute y aprovechamiento positivo del tiempo libre.



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO AYUDA DE MEMORIA

Código: FOR-GD-040

Versión: 1

Fecha: I2026022259 –
07/07/2026

Página: 2 de 3

Se enfatizó que las actividades deben desarrollarse de acuerdo con la **edad, capacidades, intereses y ritmo de desarrollo de cada niño y niña**, evitando comparaciones y favoreciendo experiencias agradables, seguras e inclusivas.

JORNADA DE MOVIMIENTO Y ACTIVIDAD FÍSICA

Como parte de la actividad, se desarrolló una jornada lúdico-pedagógica denominada: **“¡Nos movemos, jugamos y crecemos saludablemente!”**

La jornada estuvo compuesta por diferentes experiencias de movimiento, juegos y actividades recreativas.

A. CALENTAMIENTO Y ACTIVACIÓN CORPORAL

Se inició con ejercicios sencillos de movilidad y activación corporal, acompañados de música infantil.

Los niños y niñas realizaron movimientos como:

- Caminar y desplazarse.
- Mover brazos y piernas.
- Saltar suavemente.
- Realizar movimientos de diferentes partes del cuerpo.
- Seguir ritmos musicales.
- Imitar movimientos de animales.

Esta actividad permitió preparar el cuerpo para las experiencias posteriores y generar disposición para participar.

B. CIRCUITO MOTOR

Se organizó un circuito motor adaptado a las edades de los participantes, utilizando materiales disponibles en el jardín infantil.





ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL
FORMATO AYUDA DE MEMORIA

Código: FOR-GD-040

Versión: 1

Fecha: I2026022259 –
07/07/2026

Página: 3 de 3

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia	Firma
	Angelica Cristancho	Responsable del servicio	Jardin infantil puente aranda	Angelica Cristancho P.
	Sandra Torres	Auxiliar Administrativa	Jardin infantil puente aranda	Sandra Mirela Torres
	Magnolia Sanchez	Profesional en atención a la primera infancia	Jardin infantil puente aranda	Magnolia Sanchez M.
	Camila Diaz	Profesional en atención a la primera infancia	Jardin infantil puente aranda	Camila Martinez
	Jaimmer Perez	Profesional en atención a la primera infancia	Jardin infantil puente aranda	Jaimmer Perez Costo
	Luna Galindo	Auxiliar en atención a la primera infancia	Jardin infantil puente aranda	Luna Galindo
	Sandra Mera	Manipuladora de alimentos	Jardin infantil puente aranda	Sandra Mera
	Sulma Londoño	Servicios generales	Jardin infantil puente aranda	Sulma nes Londoño
	Laura Colmenares	Nutricionusta	Jardin infantil puente aranda	Laura Colmenares
Compromisos	Actividad	Responsable		Fecha límite
	Si hay cambio de personal, socializar el protocolo	Responsable del servicio		Cuando se presente cambio de personal
Próxima reunión				
Elaboró	Laura Colmenares, nutricionista			