



Herencia
HISTORIA

Gobierno Regional
de Cusco

Gerencia Regional
de Educación Cusco

Unidad de Gestión
Educativa Local la
Convención

Área de Gestión
Pedagógica



"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"

Quillabamba, 25 de marzo del 2024

OFICIO MÚLTIPLE N° 0053 -2024-GORE-C/DRE-C/DUGE-LC/DAGP-SEC

SEÑORES (as) : DIRECTORES DEL ÁMBITO DE LA UGEL-LA CONVENCIÓN

ASUNTO : COMUNICA PROGRAMACIÓN Y EJECUCIÓN DE LA ACTIVIDAD FAMILIAR 30 MINUTOS DE RECREACIÓN POR UNA VIDA ACTIVA Y SALUDABLE” - 2024

REFERENCIA : A) PLAN DE TRABAJO ED LA ACTIVIDAD FAMILIAR PARA UNA VIDA ACTIVA Y SALUDABLE.
B) ORIENTACIONES PARA LA PLANIFICACIÓN Y EJECUCIÓN DE LA ACTIVIDAD FAMILIAR “30’ DE RECREACIÓN POR UNA VIDA ACTIVA Y SALUDABLE”

Es muy grato dirigirme a usted, para hacer de su conocimiento que de conformidad al documento de referencia, se ha programado la ejecución de la actividad familiar de “30 MINUTOS DE RECREACIÓN POR UNA VIDA ACTIVA Y SALUDABLE” DENOMINADA “Nos movemos por una vida activa y saludable” la misma que se llevará a cabo en la semana del 03 al 07 de abril en el horario de las 10:00 am a 4.00 pm, siendo el día central el 06 de abril, en conmemoración al “Día Mundial de la Actividad Física”, en tal sentido, su despacho deberá de realizar la invitación a las familias, personal docente, auxiliar y administrativo de su Institución educativa, asegurando su participación para el desarrollo de esta actividad física y/o recreativa **NO COMPETITIVA**, cuya finalidad es el desarrollo de la motricidad de todo los integrantes de la comunidad educativa, como factor de salud, desarrollo emocional individual y grupal, que permita afrontar y contener situaciones emocionales, la integración de la familia, la práctica de valores y la consolidación de los hábitos de una vida activa y saludable, tomando en cuenta los objetivos del plan de acción Mundial sobre la actividad física 2021-2030 (UNICEF).

En la ejecución de esta actividad, se podrán hacer actividades físicas y/o recreativas de libre agrado como: **troles, caminatas, aeróbicos, dominaditas de balón, juegos sociales, baile, danza, juegos tradicionales y populares de la zona con añadido, es decir, que tengan valor tradicional y cultural de la zona, entre otros.** Los cuáles serán coordinados por usted y los docentes de Educación física de la I.E; para lo cual, se conformará la comisión organizadora presidida por el Director de la I.E e integrado por el docente de Educación Física y el coordinador de tutoría, debiendo asegurar la convocatoria a través de todo los medios disponibles, así como las plataformas Institucionales (página web, redes sociales o algún otro canal de comunicación masiva)



Gobierno Regional
de Cusco

Gerencia Regional
de Educación Cusco

Unidad de Gestión
Educativa Local la
Convención

Área de Gestión
Pedagógica

"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"

Concluida la actividad, su despacho deberá de remitir un informe con las evidencias de la actividad Física y/o Recreativa para su consolidación y remisión a la GEREDU-Cusco (3 tomas fotográficas máximo).

ADJUNTO: Al presente.

A) Orientaciones para la Planificación y Ejecución de la Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable"

Aprovecho la ocasión para expresarle las consideraciones más distinguidas de mi aprecio personal.

Atentamente.



MINISTERIO DE EDUCACION
GEREDU - CUSCO / UGEL - LA CONVENCION
UGEL LA CONVENCION

Melquiades Cusiwardán Hermoza
Dr. Melquiades Cusiwardán Hermoza
DIRECTOR UGEL - L.C.



PERU

Ministerio
de Educación

"Decenio de la Igualdad de oportunidades para mujeres y hombres"
"Año de la unidad, paz y el desarrollo"

ORIENTACIONES PARA LA PLANIFICACIÓN Y EJECUCIÓN DE LA ACTIVIDAD FAMILIAR "30' DE RECREACIÓN POR UNA VIDA ACTIVA Y SALUDABLE"

I. FINALIDAD

Establecer las orientaciones para la planificación, organización y ejecución de la Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable" a nivel nacional, a cargo de las Direcciones/Gerencias Regionales de Educación, Unidades de Gestión Educativa Local o las que hagan sus veces.

El Ministerio de Educación a través de la Dirección de Educación Física y Deporte – DEFID, promueve el desarrollo autónomo de la práctica de la actividad física, deportiva y recreativa, el desarrollo de la motricidad por todos los integrantes de la familia, como factor de salud, desarrollo emocional individual y grupal, que permite prevenir, afrontar y contener situaciones emocionales, la práctica de valores en los estudiantes, padres de familia y comunidad a través de la participación en una actividad física y/o recreativa *NO COMPETITIVA*; la *integración de la familia* y afianza el compromiso de la comunidad, en la consolidación de los hábitos de vida activa y saludable. Tomando en cuenta los objetivos del Plan de Acción Mundial sobre la actividad física 2021 – 2030 (UNICEF), que busca el desarrollo sostenible de personas más activas para un mundo más sano, prevenir enfermedades producidas por la obesidad y el sedentarismo; y se pueda mejorar la calidad de vida.

II. OBJETIVO

Establecer las pautas para la organización y desarrollo de la Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable" que se realizará en las regiones del país.

III. BASE NORMATIVA

- 3.1 Ley N° 28044, Ley General de Educación y sus modificatorias.
- 3.2 Ley N° 28036, Ley de Promoción y Desarrollo del Deporte.
- 3.3 Ley N° 30432, Ley que promueve y garantiza la práctica del deporte y la educación física en los diferentes niveles de la educación básica pública.
- 3.4 Ley N° 30832, Ley que modifica la Ley 28036 en su Art. 48 que establece la inclusión de actividades deportivas en los estudiantes con discapacidad a cargo del MINEDU
- 3.5 Ley N° 29973, Ley General de la Persona con Discapacidad.
- 3.6 Decreto Supremo N° 018-2004 PCM, que aprueba el reglamento de la Ley de Promoción y Desarrollo del Deporte.
- 3.7 Decreto Supremo N° 011-2012-ED, que aprueba el Reglamento de la Ley N° 28044, Ley General de Educación.
- 3.8 Decreto Supremo N° 001-2015-MINEDU, que aprueba el Reglamento de Organización y Funciones del Ministerio de Educación.
- 3.9 Resolución Ministerial N° 034-2015-MINEDU, Plan Nacional de Fortalecimiento de Educación Física y Deporte Escolar.
- 3.10 Resolución Ministerial N° 281-MINEDU, que aprueba el Currículo Nacional de la Educación Básica.
- 3.11 Resolución de Secretaría General N° 938-2015-MINEDU, que aprueba los "Lineamientos para la Gestión Educativa Descentralizada".
- 3.12 Resolución Ministerial N° 474-2022-MINEDU que aprueba el Documento



Normativo "Disposiciones para la prestación del servicio educativo en las instituciones y programas educativos de la educación básica para el año 2023".

Las normas mencionadas incluyen sus normas modificatorias, complementarias, conexas o aquellas que las sustituyan.

IV. ALCANCE

- 4.1 Ministerio de Educación
- 4.2 Direcciones/Gerencias Regionales de Educación o las que hagan sus veces.
- 4.3 Unidades de Gestión Educativa Local
- 4.4 Instituciones Educativas

V. ASPECTOS GENERALES

5.1 SIGLAS

- 5.1.1 DEFID : Dirección de Educación Física y Deporte
- 5.1.2 DRE : Dirección Regional de Educación
- 5.1.3 GRE : Gerencia Regional de Educación
- 5.1.4 UGEL : Unidad de Gestión Educativa Local
- 5.1.5 II.EE. : Instituciones Educativas

5.2 PÚBLICO PARTICIPANTE

- 5.2.1 Estudiantes, padres, familiares, docentes, personas con discapacidad, personal de las DRE/GRE y UGEL, y comunidad en general.
- 5.2.2 La participación e inscripción es libre y gratuita. Se podrá realizar actividades físicas de libre agrado, trotar, caminar, subir y bajar escaleras, circuitos, carreras familiares pudiendo considerar la 1K o 2K o 3K de manera opcional, cumpliendo el protocolo sugerido (Ver Anexo N° 3), entre otros. La regla principal es divertirse para mejorar el estado emocional y social realizando actividad física en compañía de otros dentro de casa.

5.3 FECHAS, LUGAR Y HORARIOS DE INSCRIPCIÓN

- 5.3.1 La Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable", se llevará a cabo a nivel nacional en uno de los días de las fechas propuestas en el cronograma teniendo en cuenta los días centrales: Semana de la Actividad Física, día central 06 de abril (Día Internacional de la Actividad Física); Semana del aniversario patrio: El Perú se viste de rojo y blanco, día central el 28 de julio y La semana de la Educación Física: Todos somos actividad física, día central: el 08 de octubre (Día de la Educación Física). Según el cronograma:

	Semana 1	Semana 2	Semana 3
ACTIVIDADES	"Nos movemos por una vida activa y saludable".	"El Perú se viste de rojo y blanco".	"todos somos actividad física".
Fechas	Semana del 03 al 07 de abril.	Semana del 24 al 27 de julio.	Semana del 05 al 11 de octubre.
Día central	06 de abril "Día mundial de la actividad física".	28 de julio "Día de la Independencia del Perú".	08 de octubre "Día de la Educación Física".
Hora	10:00 am. 4:00 pm.	10:00 am 4:00 pm.	10:00 am. 4:00 pm.

- 5.3.2 Los organizadores determinarán el lugar, día y hora de la actividad, teniendo en cuenta tener la mayor participación y la mejor logística



posible.

- 5.3.3 Las inscripciones se iniciarán 5 días antes del día de la actividad familiar y concluirán hasta antes de iniciar la misma. Las inscripciones para la actividad serán definidas por el Comité Organizador de cada DRE/GRE o UGEL. Información que permitirá tener un registro de participación por región. (Ver anexo N°01 y anexo N°02, propuesta o modelo de ficha de inscripción y horario respectivamente).

5.4 EQUIPOS DE TRABAJO

- 5.4.1 Cada lugar o sede donde se desarrollará la Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable" se organiza de la siguiente manera: 01 Comité Organizador y 03 Comisiones de trabajo.
- 5.4.2 **El Comité Organizador:** Presidido por el Director(a) de la DRE/GRE o UGEL o el que este designe. Integrado por el Especialista de Educación Física y el Comunicador o responsable de Imagen Institucional de la DRE/GRE o UGEL. Se recomienda incluir al profesor(a) deportivo de los Consejos Regionales de Deporte (CRD) del IPD, representante del Municipio y de otras instituciones que consideren necesarias.
- 5.4.3 **Las Comisiones de Trabajo:** Se sugiere constituir las siguientes comisiones:
- 5.4.3.1 Comisión Técnica:
- Elabora, socializa, ejecuta y evalúa el Plan de Trabajo de la Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable".
 - Identifica las actividades a proponer sean grupales o individuales, recomendando prevenir la hidratación.
 - Supervisa las actividades considerando las estrategias más adecuadas.
 - Elabora el informe final de los resultados de la Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable" (cumplimiento de los objetivos, número de participantes, etc.), ver anexo 04.
- 5.4.3.2 Comisión de Logística, Seguridad y Salud:
- Gestiona y coordina con los directores y autoridades para la participación y el uso de recursos tecnológicos donde cada familia llevará a cabo la Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable".
 - Recomienda la implementación de la mochila de primeros auxilios a fin de prevenir la atención en caso de accidentes, así como contar con el directorio de emergencias y/o bomberos.
- 5.4.3.3 Comisión de comunicación, inscripción y apoyo:
- Realiza el plan comunicacional de la Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable" (convoca a las familias de las Instituciones Educativas, directivos, especialistas, autoridades de la jurisdicción y la comunidad en general)
 - Se encargan del proceso de inscripción.
 - Asigna a los participantes los números de inscripción u otro sistema que facilitará su identificación y contabilización.



VI. ASPECTOS ESPECÍFICOS

6.1 DETERMINACIÓN DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

- 6.1.1 El Comité Organizador será quien sugerirá la actividad, definir el horario de inicio y término de la actividad, que permita contar con el mayor número de participantes (se sugiere un domingo o fin de semana, cuando se encuentra la familia reunida).
- 6.1.2 Aprovechar el potencial de creatividad, rescatando los juegos tradicionales y populares de la zona con añadido, es decir, que tengan valor tradicional y cultural de la zona.

6.2 COMUNICAR Y PROMOVER

Con el propósito de captar el mayor número de participantes y lograr los objetivos de la Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable", es necesario su difusión oportuna, antes del evento y durante su ejecución.

- 6.2.1 Ponerse en contacto con el comunicador o encargado de imagen institucional de la DRE/GRE y UGEL y proveer de toda la información necesaria para que la difusión se haga desde las oficinas de imagen institucional y teniendo como voceros a las principales autoridades.
- 6.2.2 La DRE/GRE y UGEL debe asegurar que la convocatoria a la Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable" esté publicada en sus plataformas institucionales: página web, redes sociales o algún otro canal de comunicación masiva que tuvieran (programas de radio, programas de TV, boletines, afiches, pancartas, etc.) para ello cada Unidad de Gestión Local elabora los banner y afiches de publicidad, con la finalidad de tener un lenguaje comunicacional asertivo.
- 6.2.3 Difundir el evento por medio de afiches, pancartas, arengas, cantos preparados por los estudiantes, que puedan ser difundidos por las redes sociales (se recomienda contar con la autorización respectiva en cuanto al uso de imágenes de los y las estudiantes).

6.3 DURANTE LA ACTIVIDAD

Tener en consideración lo siguiente:

- 6.3.1 **Bienvenida:** Conformar un equipo de profesores (voluntarios) que se encargue de orientar y ayudar a los participantes, responder a la solicitud de información; registrar a los participantes a través de los medios que tengan disponibles; presentación y bienvenida a las autoridades y participantes.
- 6.3.2 **Bienvenida e inicio del evento:** Un encargado brindará el saludo y sensibilizará a los participantes, dará las instrucciones sobre la actividad a realizarse, del tiempo establecido, las medidas de seguridad en los espacios o ambientes, de las condiciones de salud, etc. Realizará la activación fisiológica y dará inicio a la actividad.
- 6.3.3 **Muestras fotográficas:** Captar las imágenes que permitan visualizar la actividad y captar las expresiones de los participantes. Enviar como máximo 03 muestras especificando la región, provincia y distrito, de ser posible las escuelas y la cantidad de participantes.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección General de
Educativa Básica Regular

Dirección de
Educativa Especial

6.3.4 **Cierre de la actividad:** Se recomienda que al concluir la actividad los estudiantes con sus familias se hidraten o beban agua para su respectiva hidratación. Agradecer la participación.

6.4 DESPUÉS DE LA ACTIVIDAD

- 6.4.1 Reunión de evaluación, analizar con el equipo las fortalezas, debilidades y plantear sugerencias y recomendaciones a tomar en cuenta para la próxima Actividad Familiar "30' de Recreación por una Vida Activa y Saludable".
- 6.4.2 Reporte de resultados estadísticos, el número de familias participantes y el número de Instituciones Educativas a las que representan.
- 6.4.3 Informe final, se sugiere el formato mostrado como anexo 04, pudiendo modificarlo o utilizar el que la institución estime conveniente.
- 6.4.4 Remitir copia del informe a la DEFID.

Lima, Febrero del 2023.