



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

INFORME N° 003-2025- DIES-JVA-R.

A : Dra. Norka Belinda Ccori Toro.
Directora de la UGEL El Collao-Ilave.

DEL : Lic. Bernardo Abad ANCHAPURI APAZA
Director de la I.E.S. "Juan Velasco Alvarado" de Rosacani.

ASUNTO : Informe sobre la implementación de 10 minutos de actividad física.

FECHA : Rosacani, 06 de enero del 2025.

Tengo el honor de dirigirme a usted para informar, con fines de conocimiento, sobre la implementación de 10 minutos de actividad física en la I.E.S. "Juan Velasco Alvarado" de Rosacani, detallando los logros alcanzados, las dificultades enfrentadas y las sugerencias para optimizar esta práctica.

Primero: De acuerdo con las disposiciones del Ministerio de Educación (MINEDU), específicamente la **RVM N.° 042-2022-MINEDU**, que promueve la práctica diaria de 10 minutos de actividad física en las instituciones educativas, la I.E. "Juan Velasco Alvarado" de Rosacani ha incorporado esta actividad en el **Proyecto Educativo Institucional (PEI)** y el **Plan Anual de Trabajo (PAT)**, reafirmando su compromiso con la salud integral de la comunidad educativa.

Segundo: Los objetivos principales fueron:

- a) Promover hábitos saludables mediante la práctica regular de actividad física.
- b) Reducir el sedentarismo y sus efectos negativos en la población escolar.
- c) Mejorar la concentración y el rendimiento académico de los estudiantes.

Tercero: La implementación se realizó de la siguiente manera:

- **Horario:** La actividad física se lleva a cabo diariamente durante 10 minutos. Los días martes y jueves se realizan en espacios abiertos; el resto de los días, las actividades se desarrollan dentro de las aulas.
- **Actividades:** Comprenden ejercicios de estiramiento, calentamiento general y dinámicas recreativas adaptadas al nivel de los estudiantes.
- **Responsables:** El docente de Educación Física lidera las actividades, con el apoyo de los docentes de áreas curriculares, según una programación interna.

Cuarto: Se obtuvieron los siguientes logros y dificultades:

- a) **Logros:**
 - Participación activa del 100% de los estudiantes y del 90% del personal directivo, docente y administrativo.



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

- Incremento del dinamismo y la energía en las actividades posteriores a los ejercicios.
- Mejora en la percepción del bienestar físico y emocional de los estudiantes.

b) Dificultades:

- Falta de concienciación por parte de algunos docentes sobre la importancia de la actividad física diaria.
- Poca comprensión de las familias sobre los beneficios de esta práctica, lo que genera un respaldo limitado en casa.

Quinto: Sugerencias y conclusiones:

a) Sugerencias:

- Organizar campañas de sensibilización dirigidas a las familias para resaltar los beneficios de la actividad física.
- Dotar a la institución de materiales básicos, como colchonetas, pelotas y conos, para enriquecer las actividades.

b) Conclusión:

La implementación de los 10 minutos de actividad física representa un avance significativo hacia una educación integral y saludable. Es necesario continuar fortaleciendo esta práctica con el respaldo de las autoridades educativas y la comunidad escolar.

Es todo cuanto tengo que informar a usted, para los fines que considere pertinentes y para el conocimiento del Especialista de Educación del Área de Educación Física.

Atentamente,



Lic. Bernardo Abad Anchupari Apaza
DIRECTOR



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

ANEXO

IMÁGENES DE ACTIVIDADES FÍSICAS REALIZADAS EN LA I.E. JUAN VELASCO ALVARADO DE ROSACANI

