



**MINISTERIO DE EDUCACION**  
**UNIDAD DE GESTION EDUCATIVA LOCAL EL COLLAO-ILAVE**  
**INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARI AGROPECUARIO CANGALLI**  
CREADO CON R.D 0175 31/05/1989



"Decenio de la Igualdad de oportunidades para mujeres y hombres"

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

## **INFORME N° 016- 2024-IES CANGALLI-C**

**ALA:** DIRECTORA DE LA UNIDAD DE GESTION EDUCATIVA LOCAL DE EL COLLAO- ILAVE  
**DEL** : PROF. ANASTACIO ALANIA PACOVILCA  
DIRECTOR DE LA IES AGROPECUARIO DE CANGALLI

**ASUNTO** : ESTRATEGIA DE LOS 10 MINUTOS DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA UNA VIDA SALUDABLE

**REF.** : RM N°474-2022-MINEDU - RM N°149-2023-MINEDU

**FECHA** : Ilave, 27 de diciembre de 2024

Tengo el agrado de dirigirme a usted para comunicarle que en el marco de una práctica para una vida activa y saludable es uno de los once aprendizajes del perfil de egreso del CNEB; por tanto, para la institución educativa, se constituye en uno de sus principales propósitos de gestión. En ese sentido, la institución educativa asume la responsabilidad y compromiso de promover y desarrollar, como práctica de la cultura escolar, estilos de vida saludable en las y los estudiantes y en toda la comunidad educativa, a través de la realización de prácticas que contribuyan al desarrollo de una actitud crítica hacia el cuidado de su salud y a comprender cómo impactan en su bienestar social, emocional, mental y física

En ese sentido la estrategia "10 minutos de actividad física" fue implementada en nuestra institución educativa con el propósito de desarrollar hábitos para la práctica de actividad física y generar condiciones para el aprendizaje. Consiste en realizar una secuencia de movimientos y ejercicios físicos planificados, estructurados y repetitivos durante 10 minutos con una intensidad leve y/o moderada.

Sobre la implementación de los "10 minutos de actividad física" en la escuela:

- La organización y gestión para su implementación fue tarea de todas y todos, es liderada por el director de la I.E. con el soporte pedagógico de las/los docentes de educación física y demás docentes.
- Los "10 minutos de actividad física" se desarrollaron en forma diaria de la primera hora de clases de lunes a viernes, en el horario de 8.15 a 8.25 a.m.
- Cuando la actividad física se realizó en el patio, fue por tener mas espacio para su ejecución
- Cuando hemos realizado la actividad física en el auditorio fue acompañada por los aliados estratégicos en este caso el puesto de salud de Cangalli
- Las actividades físicas que realice fueron. estiramientos. aeróbicos, juegos ejercicios, etc. en algunas ocasiones acompañados de música.

  
  
Anastasio Alanía Pacovilca  
DIRECTOR



**MINISTERIO DE EDUCACION**  
**UNIDAD DE GESTION EDUCATIVA LOCAL EL COLLAO-ILAVE**  
**INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARI AGROPECUARIO CANGALLI**  
CREADO CON R.D 0175 31/05/1989

