UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL YUNGUYO

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN PUNO
UNIDAD EJECUTORA 308 EDUCACIÓN YUNGUYO

GOBIERNO REGIONAL PUNO
Responsable, Competitivo e Inclusivo

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

MINISTERIO DE EDUCACION
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL YUNGUYO
UNIDAD EJECUTORA 308
OFICINA TRAMITE DOCUMENTARIO
F. 31 MAR 2025
EXPEDIENTE N° 3660
HORA 15:57 FIRMA

Yunguyo, 31 de marzo del 2025

OFICIO N° 0003 - 2025-GRP-DREP-UGEL-AGP-EEF.

Mg. LUIS MARINO CALCINA TITO
DIRECTOR DE LA UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL YUNGUYO

PRESENTE. -

ASUNTO *: Promoción de la actividad física*

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted para hacer llegar mis saludos cordiales, y mediante el presente remito el plan de trabajo por el "DÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA" en nuestra entidad con la finalidad de promover la actividad física en nuestros compañeros(as) de la sede administrativa de la UGEL - YUNGUYO.

De acuerdo con la Resolución Ministerial N° 474-2022, la actividad física regular es fundamental para mantener una buena salud física y mental, por lo que, solicito aprobar el presente plan para su respectiva ejecución. Adjunto al presente el plan de trabajo.

Sin otro particular hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración personal.

Atentamente,

UNIDAD DE GESTION EDUCATIVA LOCAL - YUNGUYO
UNIDAD EJECUTORA N° 308
MINISTERIO DE EDUCACIÓN
"UGEL YUNGUYO"
Lic. Iván Flores Apaza
EDUCACIÓN FISICA

EDEG/ASEC
C. c. arch.

PLAN DE TRABAJO

ACTIVIDADES FÍSICA, PARA UNA MEJOR VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

I. DENOMINACIÓN

"Actividades Física, para una mejor vida activa y saludable"

II. RESPONSABLES

- Lic. JUAN FLORES APAZA.
- Prof. EDGAR DAVID ESCOBAR GINEZ

III. OBJETIVOS

3.1. Promover la práctica de actividad física.
3.2. Desarrollar hábitos para la práctica de una vida activa y saludable.
3.3. Contribuir a disminuir el estrés, reducir los síntomas de la depresión y la ansiedad y mejorar el estado de ánimo.
3.4. Prevenir las enfermedades no transmisibles mediante la práctica de actividades organizadas en este plan anual de trabajo, ocasionadas por el sedentarismo.
3.5. Integrar a la comunidad educativa en la práctica y promoción de actividades organizadas para una vida activa y saludable.

IV. JUSTIFICACIÓN

Este plan se justifica porque la población, de todas las edades, muestra una reducida práctica de actividad física, recreativa y deportiva, para una vida activa y saludable. Las principales causas de dicho problema público son: la normalización de conductas sedentarias, la limitada formación para la actividad física y el deporte. Los principales efectos son la reducción del bienestar y calidad de vida, el incremento de enfermedades crónica no transmisibles, y que las personas con potencial deportivo no logran desarrollar su talento. (Política Nacional del Deporte, 2022).

Este plan que busca mejorar la calidad de vida de los actores educativos, busca la práctica de una vida activa y saludable, por tanto, para nuestra Institución, constituirá uno de su principal propósito de gestión.

Finalmente, en este plan integrador, se involucran todos los actores educativos en actividades planteadas en la RM N° 474-2022.

V. METAS

Dirigido a todo el personal de la Sede Administrativa de la Unidad de Gestión Educativa Local de Yunguyo un promedio de 60 personas.

VI. DURACIÓN

La actividad física tendrá una duración 15 minutos aproximadamente.

VII. LUGAR Y FECHA:

- **Día** : Viernes 4 de abril.
- **Lugar** : Patio principal de la UGEL- YUNGUYO.
- **Hora** : 8:30 am.

VIII. COMISIONES

N°	COMISIONES	RESPONSABLES
1	Organización .	- Director de UGEL - Jefes de Área - Especialista de educación Física. - Asistente en cultura y deporte.
2	Difusión.	- Recursos Humanos
3	Coordinaciones con el personal de la UGEL.	- Especialista de educación Física. - Asistente en cultura y deporte.
4	Actividades físicas a desarrollar	- Personal de la Ugel Yunguyo
5	Comisión de motivación y soporte emocional.	- Especialista de educación Física. - Asistente en cultura y deporte.

IX. FINANCIAMIENTO

Este plan será financiado por la comisión organizadora.

Yunguyo, 31 de marzo de 2025

GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL - YUNGUYO
UNIDAD EJECUTORA N° 308

Lic. Juan [illegible]s Apaza
ESPECIALISTA DE EDUCACIÓN FISICA

DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN PUNO
UGEL YUNGUYO

Edgar David Escobar Ginez