



El deporte
es de todos

Mindeporte

VIII *Curso de Políticas y*
Programas para la Promoción de
Hábitos y Estilos de Vida Saludable



**Dra. Rocío
Gámez**

Ponencia:

Abordaje en entornos escolares a través de
alfabetización física. Experiencia en Bogotá

Abordaje en el entorno escolar a través de Alfabetización Física

“Estrategia eficaz a lo largo de la vida”

Rocio Gámez Martínez ND, Esp Msc.

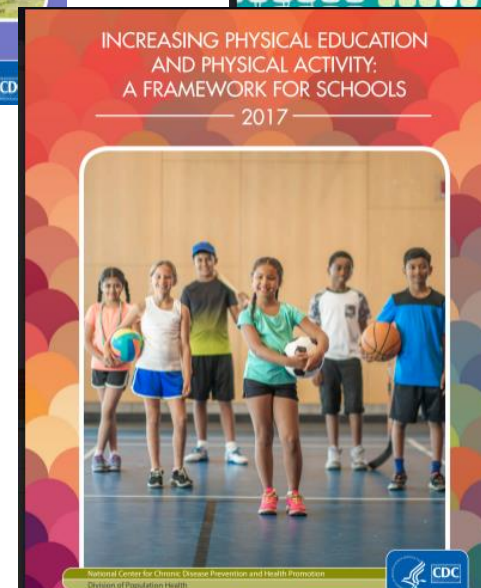
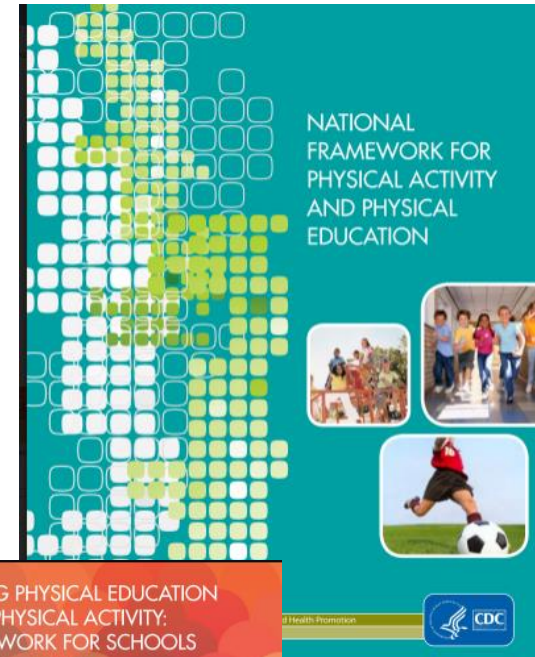
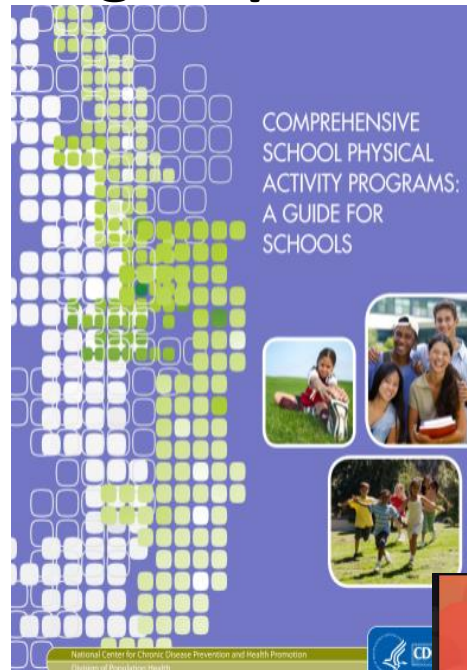


Introducción

La integración de la salud y el aprendizaje en los colegios se puede reforzar a través del desarrollo e implementación de políticas, programas y prácticas por los colegios, sistema de salud, padres y comunidad. Como resultado, el Centro para el Control de Enfermedades (CDC) y otras agencias han desarrollado pautas y estrategias para orientar a los colegios en estructurar y ejecutar un programa de AF.

Programas integrales de actividad física escolar (CSPAP): una guía para las escuelas

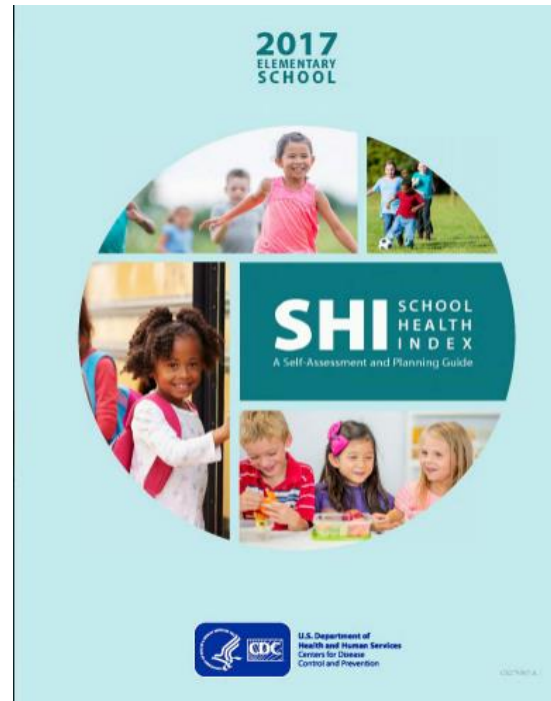
Este documento fue desarrollado para proporcionar orientación y evidencia a los esfuerzos voluntarios de los colegios que se centran en los programas de AF para jóvenes, y para desarrollar, implementar y evaluar los programas integrales de actividad física.



Índice de salud escolar (SHI)

Está estructurado bajo el Modelo

**Componentes de
Consejo Asesor de Salud
Escolar (WSCC)**



Componentes de Consejo Asesor de Salud Escolar (WSCC)

1. Educación para la salud
2. Programas de educación física y actividad física
3. Entorno y servicios de nutrición
4. Servicios de salud escolar
5. Consejería escolar, servicios psicológicos y sociales
6. Clima social y emocional
7. Ambiente Físico
8. Bienestar y promoción de la salud de los empleados
9. Participación de la familia
10. Participación de la comunidad



Problemática actual



Incremento del comportamiento sedentario en niños y adolescentes intra y extraescolar



Alta exposición a pantallas



Disminución de juego y práctica deportiva en el Recreo



No cumplimiento de la recomendación diaria de AF en niños y adolescentes



No cumplimiento de la recomendación de Educación Física semanal en niños y adolescentes



Exceso de peso – Rendimiento Escolar-
Violencia.

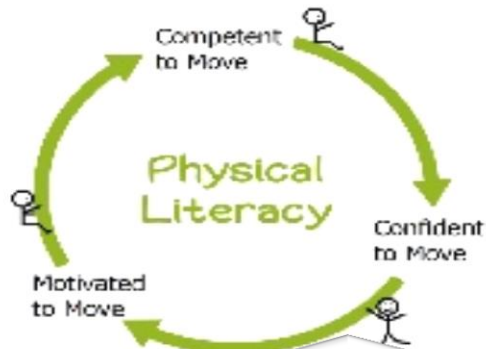


REPORTE DE CALIFICACIONES EN ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

COLOMBIA 2018

González, S. A., Triana, C. A., Abaunza, C., Aldana, L., Arias-Gómez, L. F., Bermúdez, J., ... & Escobar, I. D. (2018). Results from Colombia's 2018 report card on physical activity for children and youth. *Journal of Physical Activity and Health*, 15(Supplement 2), S335-S337.

Causas



1. Falta Alfabetización física



2. Actores interviniendo simultáneamente



3. No coordinación de las intervenciones



4. Falta Política escolar determinante sobre AF en el PEI



5. EF no es de calidad ni orientada por profesional calificado

Estructura que permita abordaje adecuado en colegios



Alfabetización Física- (1,2,3)



Crear indicadores de calidad en los colegios relacionados con AF, EF y deporte (4,5)

Centers for Disease Control and Prevention Increasing Physical Education and Physical Activity: A Framework for Schools
2017

AGENDA OLIMPICA

Recomendación 21

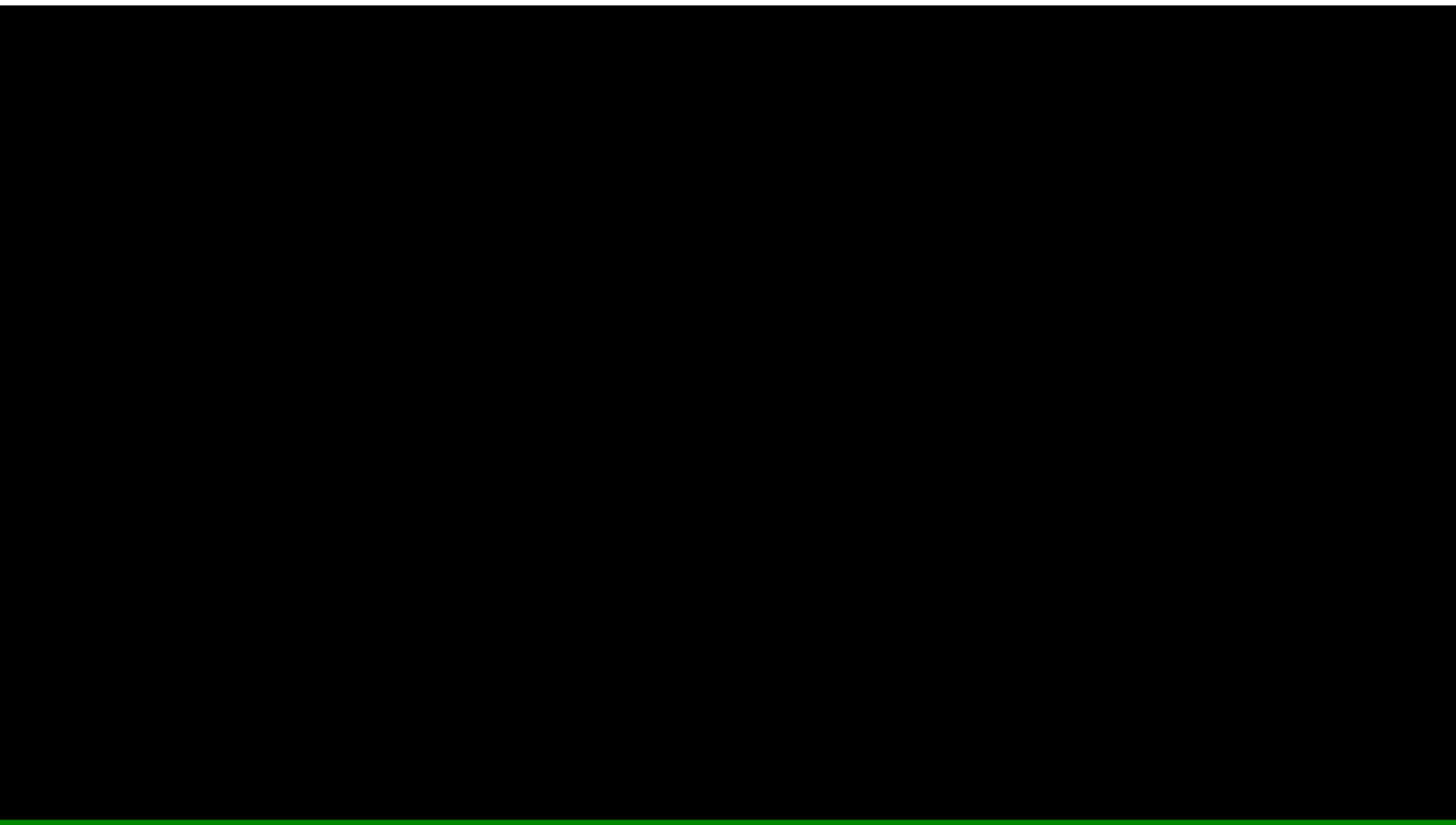


OLYMPIC AGENDA 2020
20+20 RECOMMENDATIONS

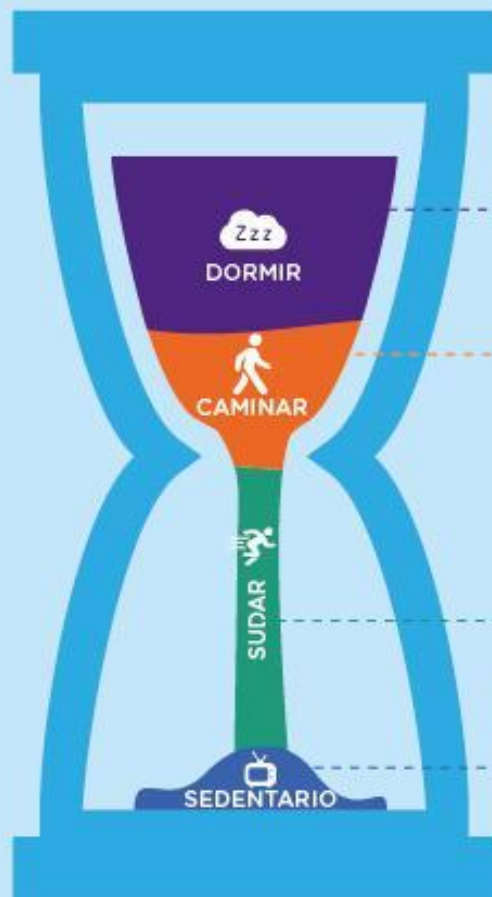


Thomas Bach
IOC President

“Para personificar los valores del deporte y el olimpismo, es nuestra responsabilidad sacar del sofá (comportamientos sedentarios) y hacer que la práctica del deporte y la actividad física formen parte del estilo de vida de todos para crear una vida más saludable y mejor para todos”.



RECOMENDACIONES actividad física de niños



Para niños entre 5 y 13 años: de 9 a 11 horas de sueño ininterrumpido por noche

Para niños de 14 a 17 años: de 8 a 10 horas de sueño ininterrumpido por noche

Realizar actividades en su diario vivir que le permitan desplazarse, caminar, y pueden ser de intensidad leve

Se recomienda 60 minutos de **ACTIVIDAD FÍSICA** moderada a vigorosa al día

Limitar los tiempos sedentarios a no más de 2 horas



www.idrd.gov.co



Alcaldía de
Bogotá

★ Handler, L., Tennant, E. M., Faulkner, G., & Latimer-Cheung, A. E. (2019). Perceptions of Inclusivity: The Canadian 24-Hour Movement Guidelines for Children and Youth. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 36(1), 1-18.



¿Cuáles son las estrategias más efectivas para lograr la meta de 60 min y aumentar la actividad física en los niños y adolescentes ?

Basset, D.R. et al. (2013). Estimated Energy Expenditures for School-Based Policies and Active Living. American Journal of Preventive Medicine, 44(2), 108-113.



Estrategia de actividad física, para colegios distritales y privados de la capital, donde comunidad educativa, **participan en el desarrollo de actividades que promueven los hábitos de vida activos y comportamientos saludables.**

Niños Activos – Adultos Saludables

Muévete
Escolar

Información, Educación y Comunicación

Formación Promotores de HVA

Integración Curricular

Modulo MARA (Modulo Activo Recreo Activo)

Receso Muévete en salón de clase

Fomento de AF extraescolar y transporte activo

Semana Muévete Escolar

Encuentro Activo y Saludable



MUÉVETE BOGOTÁ!

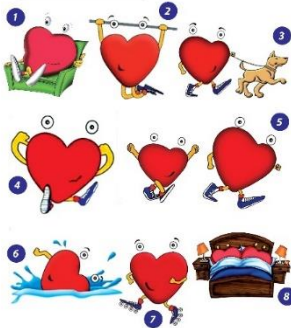
en la escuela



Guía de Promoción en Actividad Física en el Ámbito Escolar

De las siguientes imágenes señala las figuras que muestran:

- A. Actividades sedentarias
- B. Actividades que ayudan a mejorar la flexibilidad
- C. Actividades que mejoran la resistencia cardiovascular
- D. Actividades que mejoran la fuerza



Guía de Promoción en Actividad Física en el Ámbito Escolar



BIOLOGÍA

Enseñarles a los estudiantes el gasto energético en la actividad física y las adaptaciones fisiológicas que ocurren en el cuerpo humano con la actividad física.

COMO:
Adaptación y cambios de fibras musculares
Adaptación hormonal al ejercicio físico y al entrenamiento.
Metabolismo de grasas y carbohidratos durante ejercicio físico.

HAZ ACTIVIDAD FÍSICA

Preescolares **18** minutos diarios **actividad física** de cualquier intensidad

En escolares y adolescentes **60** minutos diarios **actividad física** moderada o vigorosa

Actividades que fortalezcan Músculos & huesos

días a la semana

www.idrd.gov.co

Guía de Promoción en Actividad Física en el Ámbito Escolar



Muévete

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
I	M	A	C	A	P	O
P	O	I	P	B	A	C
C	B	M	O	M	I	B

www.idrd.gov.co

MUÉVETE BOGOTÁ!

en la escuela

60 MINUTOS
DIARIOS DE ACTIVIDAD FÍSICA
MEJORARÁN TU VIDA

Moviendonos en el "Cole" Mes

Colegio :

Nombre:

Curso:

Actividades	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Educación Física																														
Jugar en el recreo																														
Practicar un deporte																														
Ir a un parque																														
Caminar al colegio y casa																														
Recesos Muévete en clase																														
Ver TV menos de 2 horas/día																														
Tomar agua diariamente																														
Comer frutas y verduras																														
Evitar azúcares y grasas																														
Total																														

www.idrd.gov.co



La Alcaldía de Bogotá te invita a la Semana Muévete Escolar 2019

23 al 27 de septiembre



Recomendaciones de 5 a 17 años

Realiza 60 minutos diarios de Actividad Física Moderada - Vigorosa (AFMV) y puedes cumplirlo si participas en:



*MARA: Módulo Activo Recreo Activo

Fuente: Bassett, D.R., Erwin, P., Fitzhugh, E.C., Frederick, V., Wolff, D.L., Welch, W.A., & Heath, G.W. (2013). Policies to Increase Youth Physical Activity in School and Community Setting. Presidents Council on Physical Fitness & Sports Research Digest, 14(1).



www.idrd.gov.co



Modelo del marco Integral del Programa de Actividad Física Escolar



Distintas formas para que los estudiantes pueden ser físicamente activos antes, durante y después del colegio.

Centers for Disease Control and Prevention Increasing Physical Education and Physical Activity: A Framework for Schools 2017.

Actividad Física Durante el Colegio



Recreo activo 20 minutos o más, incluyendo actividades de intensidad moderada a vigorosa.



Disminución de comportamientos sedentarios en clase (menor a 2 horas).



Recesos activos dentro de curriculum de tipo cognitivo y práctico.



Trabajo intersectorial.

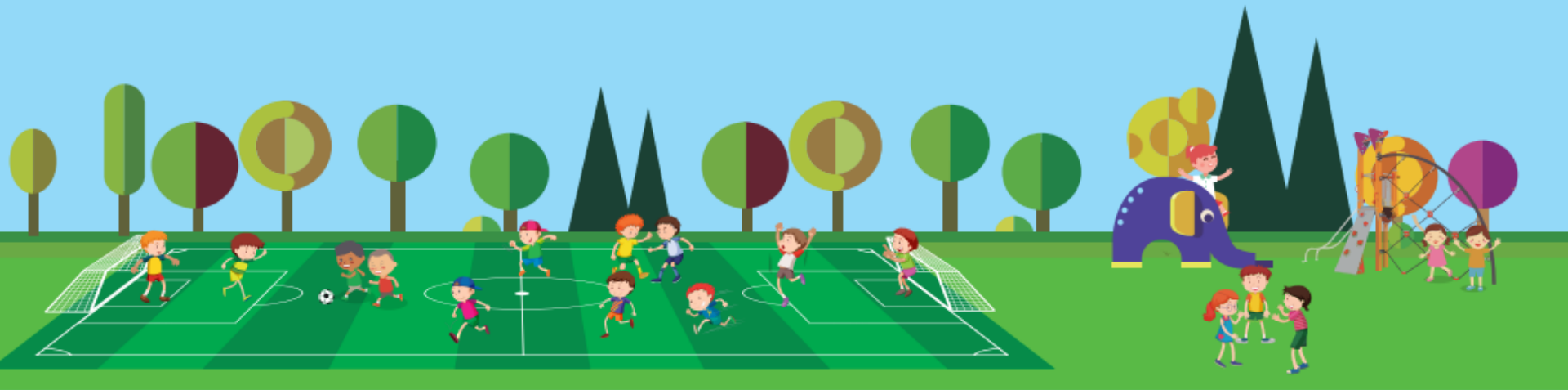


Participación docentes de otras áreas y administrativos.



M.A.R.A

Módulo Activo Recreo Activo



Espacio ubicado dentro del recreo, para brindar información y promover la actividad física durante el descanso de los estudiantes a través de la lúdica, deporte, pruebas de conocimiento, actividad física estructurada.

Objetivo: disminuir la inactividad física en el momento de recreo

Tipos de Intervención



Escalante, Y., Backx, K., Saavedra, J. M., García-Hermoso, A., & Domínguez, A. M. (2011). Relationship between daily physical activity, recess physical activity, age and sex in scholar of primary school, Spain. *Rev Esp Salud Publica*, 85

M. A. R. A.

Módulo Activo Recreo Activo

Actividad
Física sin
elementos

Juegos

Actividad
Física
inclusión de 2
o 3 elementos

Paracaídas,
lazos, pelotas,
aros,
escaleras
funcionales

Actividad
Física rítmica

Baile

Actividad
física mixta
conjugados
elementos

Baile con
lazos y pelotas

Actividad
Física con o
sin elementos

Juego de roles

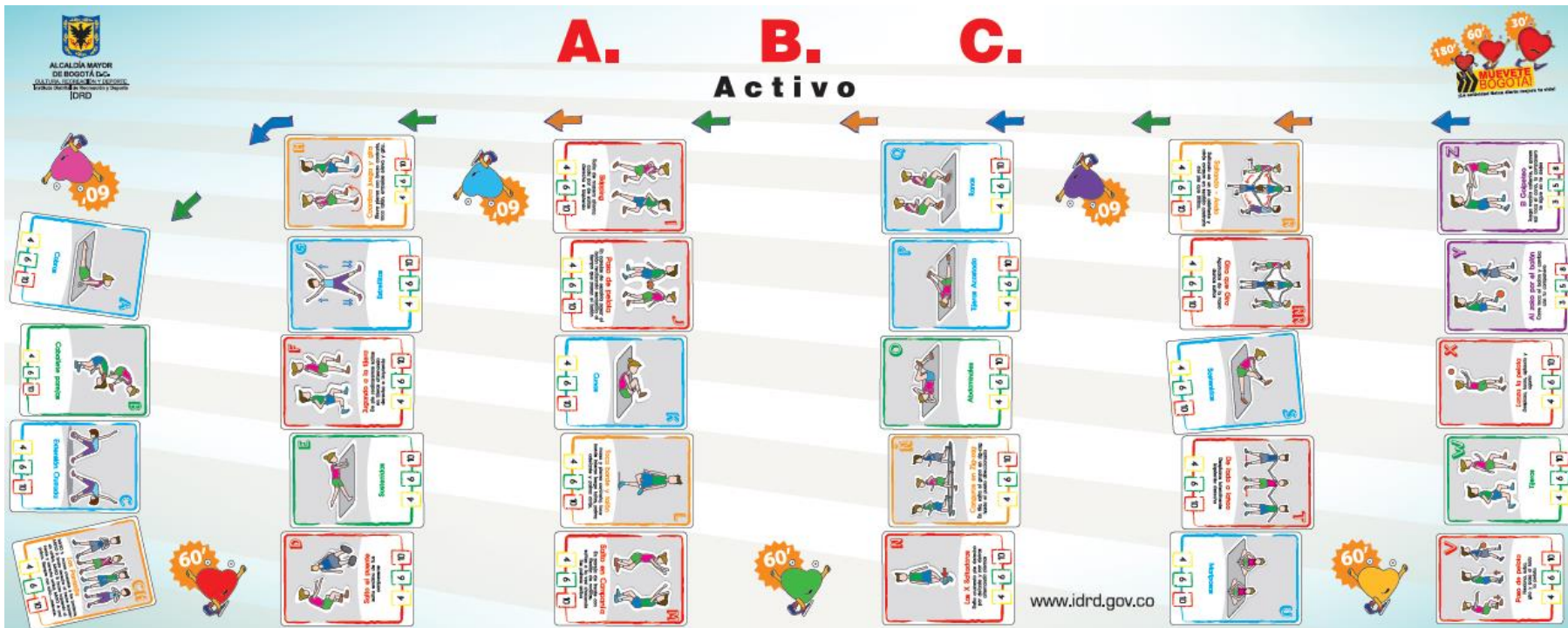




		Realiza saltos al cuadrado, pies y manos	
11	Realiza saltos y brujas cruzando pies y manos	Menos TV celular, compu, tablet. Más deporte, baile, diversión	10 Realiza saltos y brujas cruzando pies y manos
		9 Realiza saltos al cuadrado, pies y manos	VERDAD O DESAFIO
VERDAD O DESAFIO		8	
6	Practica deportes fortaleciendo músculos y huesos mínimo 3 días a la semana	7	
5 a 8: Realiza el calentamiento de los brazos en las dos partes del cuerpo, brujas en las dos manos antes de empezar en cada parte	5	VERDAD O DESAFIO	
	4	1 a 4: Realiza el calentamiento de los brazos en las dos partes del cuerpo, brujas en las dos manos antes de empezar en cada parte	
3	Has actividad física 1 hora al día moderada - vigorosa	2	
	1	Bienvenidos IDRD BOGOTÁ REGIONAL	



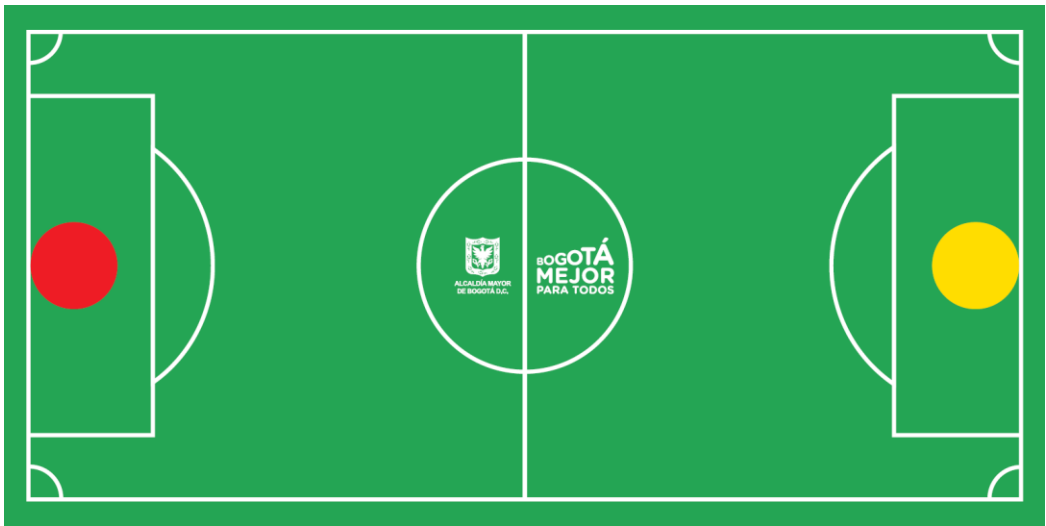
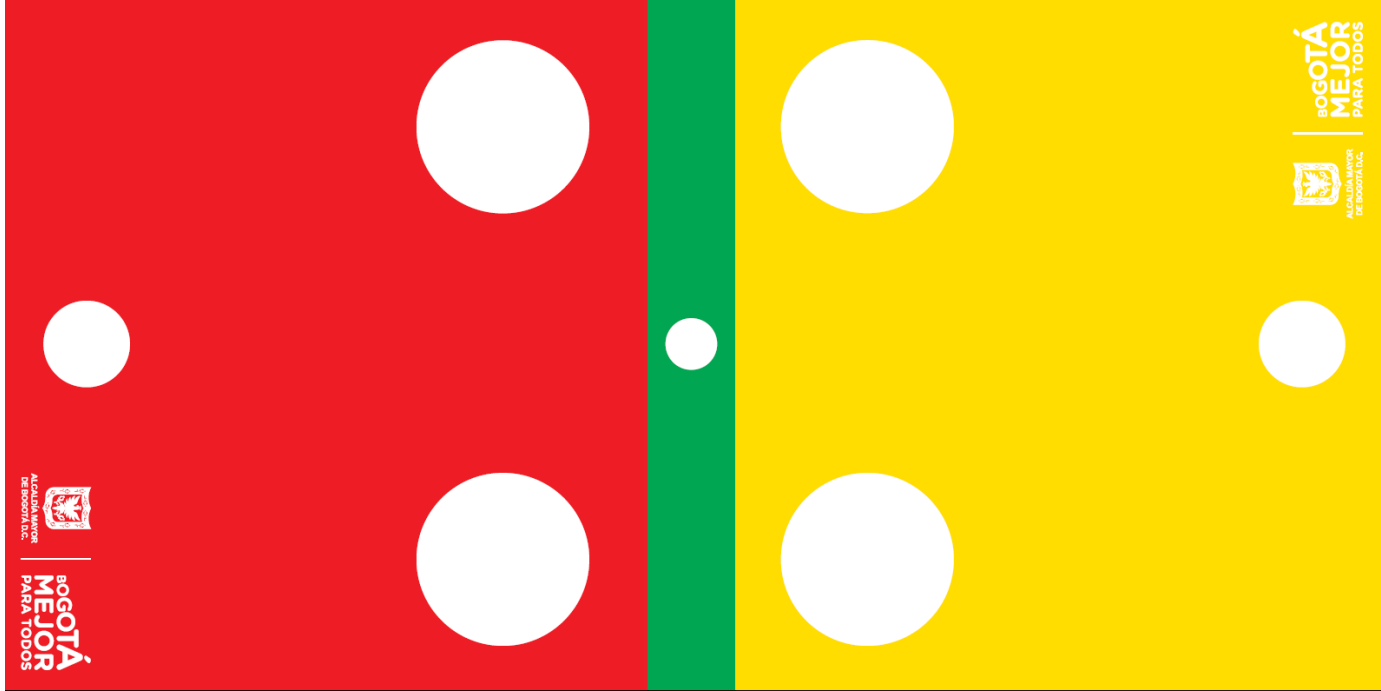
U	DESAFIO	V	W
21	Preesfuerzo: Juego, baile, saltos, carrera, Divertate por 10 minutos 3 horas diarias	20	Tres comportamientos sedentarios que puedes disminuir
17	18 VERDAD O DESAFIO	19	
16	15	14	
11	12	13 VERDAD O DESAFIO	
10	9		
6	7 VERDAD O DESAFIO	8	Tres hábitos saludables que debes incluir en tu vida
5	4	3	Menciona 3 actividades físicas con la letra C
1	Bienvenidos IDRD BOGOTÁ REGIONAL	2	





BOGOTÁ
MEJOR
PARA TODO

www.idrd.gov.co



Acelerometria(Actigraph GT3X+) Evenson 2008



Sedentario
<1,5 METs

< 100
counts/min

AFL
>=1,5 -< 4
METs

> 100
counts/min

AFM
>=4 - < 6 METs

> = 2296
counts/min

AFV
>= 6 METs

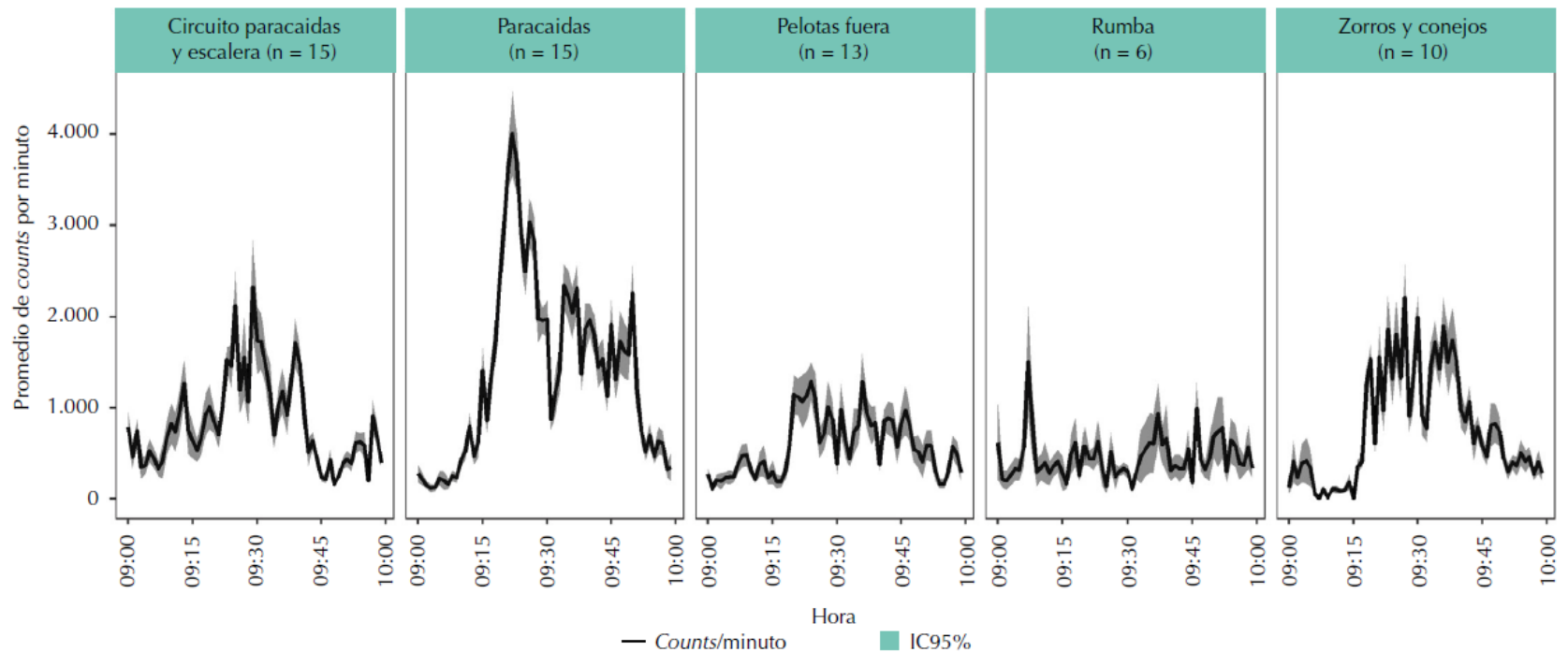
>=4012
counts/min

Evenson, KR; Catellier, DJ; Gill, K; Ondrak, KS; McMurray RG. (2008) Calibration of two objective measures of physical activity for children. *Journal of sports science*, 24(14).

Trost, S. G., Loprinzi, P. D., Moore, R., & Pfeiffer, K. (2011). Comparison of Accelerometer Cut Points for Predicting Activity Intensity in Youth. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 43(7), 1360-1368. doi: 10.1249/MSS.0b013e318206476e

Diferencias entre grupos para minutos de AF en Linea de Base y SEM 10

VARIABLE	CIM		CC		Dif. entre Dif. Entre CIM y CC
	LB	10 semanas	LB	10 semanas	
AFMV diaria	56,59	62,66	67,69	60,04	0,0049
AFMV entre semana	60,18	63,85	72,52	63,31	0,0049
Sedentarismo diario	547,61	531,81	502,46	513,34	0,0029



* Esta hora de la jornada escolar incluye los 30 minutos de un recreo en el que se implementó cada actividad indicada en la parte superior de la Figura.

Figura 2. Intensidades de actividad física en promedio de *counts* por minuto con intervalo del 95% de confianza, medidas en una hora de la jornada escolar* en los colegios intervenidos.



The logo for the journal 'Revista de Saúde Pública' (RSP) consists of the letters 'RSP' in a bold, white, sans-serif font, centered within a solid blue square.

<http://www.rsp.fsp.usp.br/>

Revista de
Saúde Pública

Efectos de una estrategia de promoción de actividad física en escolares de Bogotá

Leidys Gutiérrez-Martínez^{I,II}, Rocío Gámez Martínez^{III}, Silvia A González^{I,IV}, Manuel A Bolívar^V,
Omaira Valencia Estupiñán^I, Olga L Sarmiento^I

^I Universidad de los Andes. Facultad de Medicina. Grupo de Epidemiología. Bogotá, Colombia

^{II} Fundación Valle del Lili. Centro de Investigaciones Clínicas. Cali, Colombia

^{III} Instituto Distrital de Recreación y Deporte. Bogotá, Colombia

^{IV} Children's Hospital of Eastern Ontario Research Institute. Healthy Active Living and Obesity Research Group. Ontario, Canada

^V Universidad de los Andes. Facultad de Ingeniería. Centro para la Optimización y la Probabilidad Aplicada. Bogotá, Colombia

Actividad física antes y después del colegio

Transporte activo

- Cicla
- Caminata
- Medios no motorizados



Deporte extraescolar



Uso de espacios (Parques)



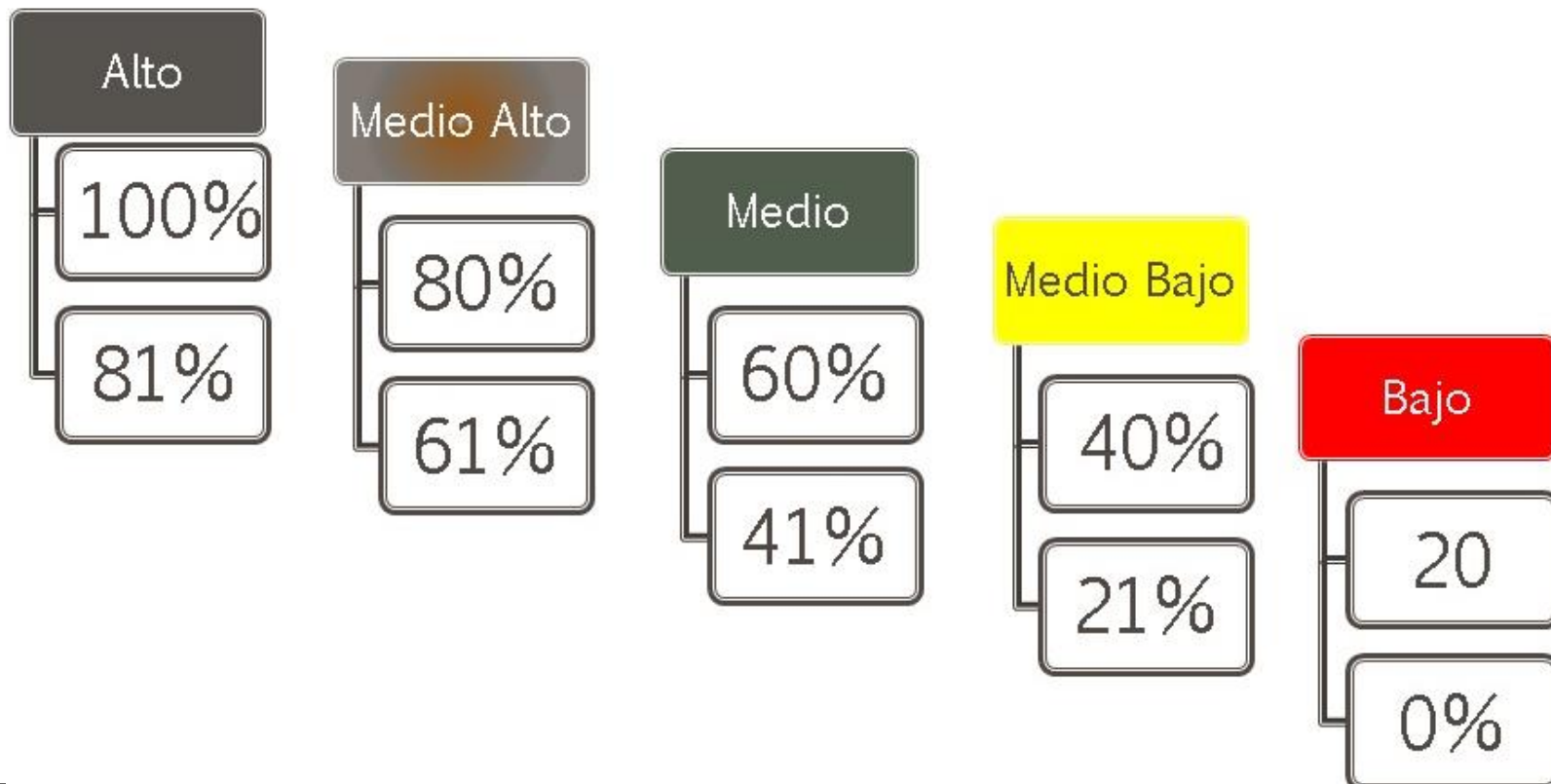
Participación padres de familia



Indicador de Actividad Física , Educación Física y Deporte en las instituciones educativas

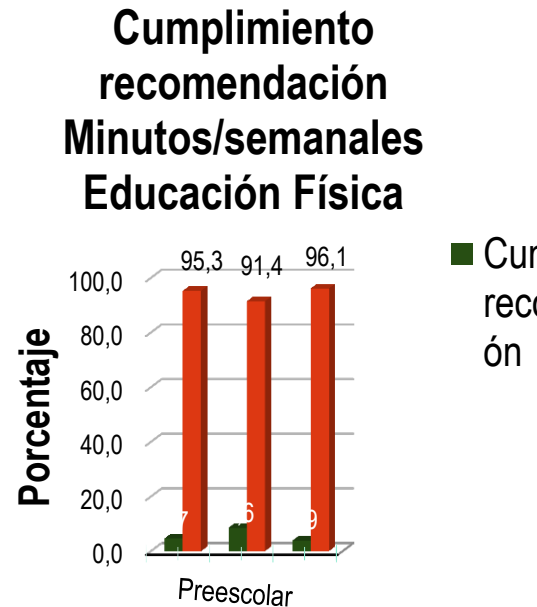


Indicadores de Actividad Física y Salud



Conclusiones

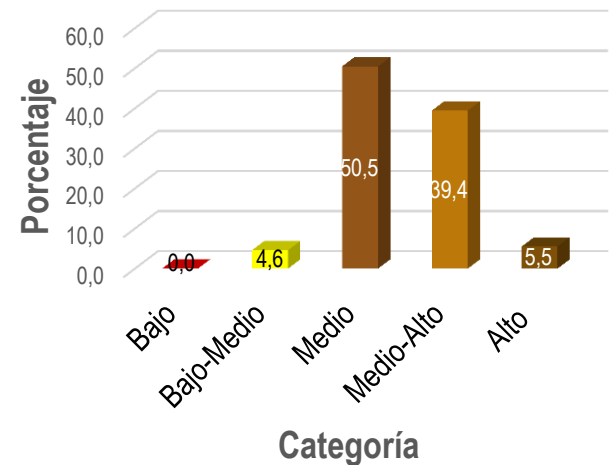
- La intervención por multicomponente evidencia que la educación física es una herramienta fundamental en este modelo y los colegios inscritos en la semana, **no cumplen** con la recomendación semanal (Por encima del 91%).
- En los niveles de preescolar, primaria y bachillerato hay una alta prevalencia de comportamientos sedentarios, siendo el bachillerato donde se presenta con mayor frecuencia, lo cual ocasiona efectos nocivos y alteraciones metabólicas en estos grupos de edad, convirtiéndose un factor de riesgo importante para contrarrestar.



Conclusione

- Hay baja formación en el cuerpo docente de otras áreas instrumento fundamental en la formación de hábitos a través de integración curricular.
- La mayoría de los colegios no cuentan con infraestructura y materiales adecuados para AF y EF
- Teniendo en cuenta los resultados en indicadores de actividad física, deporte y salud, potencialmente debemos intervenir más de 95% que no cumplen con los estándares esperados.

Resultados indicadores de salud



Aprendizajes significativos



Planeación
estratégica-
Muévete Escolar



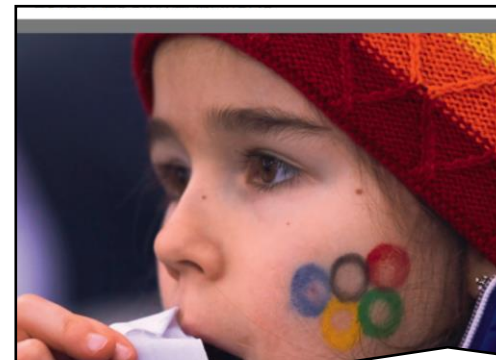
Identificación e
involucramiento de
stakeholders



Cooperación –
Alianzas



Trabajo interáreas-
Fomento y Desarrollo
deportivo



Alternativas desde el deporte en la
promoción de actividad física en
entorno escolar

COLEGIOS ENTORNO PARA PROMOVER (HVA) HABITOS DE VIDA ACTIVA



Permanecen entre 32 a 33 horas por semana en el colegio (Hofferth & Sandberg, 2001)



42% en las horas de recreo, cumplen recomendación AF



32% en clases de educación física cumplen recomendación



26% en actividades extraescolares, cumplen recomendación



Almuerzan y toman onces en el colegio

Educación Física



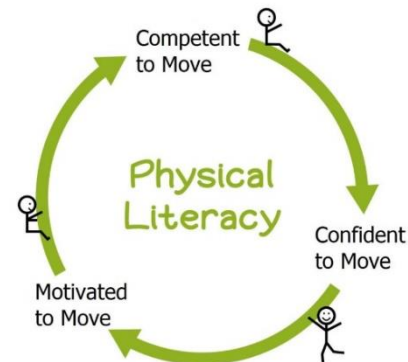
Deporte



Actividad Física



Alfabetización Física





Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte Revisada
Proyecto final aprobado por el Consejo ejecutivo (Abril 2015)¹

Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte

Preámbulo

La Conferencia general de la UNESCO

1.
Recordando que en la Carta de las Naciones Unidas los pueblos proclamaron su fe en los derechos fundamentales del hombre y en la dignidad y el valor de la persona humana, y afirmaron estar resueltos a promover el progreso social y a elevar el nivel de vida,
2.
Recordando que, según lo dispuesto en la Declaración Universal de Derechos Humanos, toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en ella, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición,
3.
Convencida de que una de las condiciones del ejercicio de los derechos humanos es que todas las personas dispongan de la libertad y la seguridad para desarrollar y preservar su bienestar y sus capacidades físicas, psicológicas y sociales,
4.
Haciendo hincapié en que los recursos, el poder y la responsabilidad de la educación física, la actividad física y el deporte deben asignarse sin discriminación alguna, ya sea ésta sexista o fundada en la edad o la discapacidad, o de cualquier otro tipo, a fin de superar la exclusión



Esfuerzos Colectivos

Actividad Física



Aspen Institute. (2015). Physical literacy in the United States: A model, strategic plan, and call to action.

¿Qué es alfabetización física?

Es la motivación, la confianza, la competencia física, el conocimiento y la comprensión para valorar y asumir la responsabilidad y el compromiso en actividades físicas a lo largo de la vida.



MOTIVACIÓN Y CONFIANZA (Afectivo)

Entusiasmo, el disfrute y la seguridad en uno mismo, permitiendo adoptar la actividad física como parte integral de la vida.



COMPETENCIA FÍSICA (Físico)

Capacidad para desarrollar habilidades y patrones de movimiento, y experimentar la variedad de intensidades y duraciones de movimiento.



CONOCIMIENTO Y ENTENDIMIENTO (Cognitivo)

Incluyen la capacidad de identificar y expresar las cualidades que influyen en el movimiento y comprender los beneficios para la salud.



COMPROMISO EN LAS ACTIVIDADES FÍSICAS PARA LA VIDA (Comportamiento)

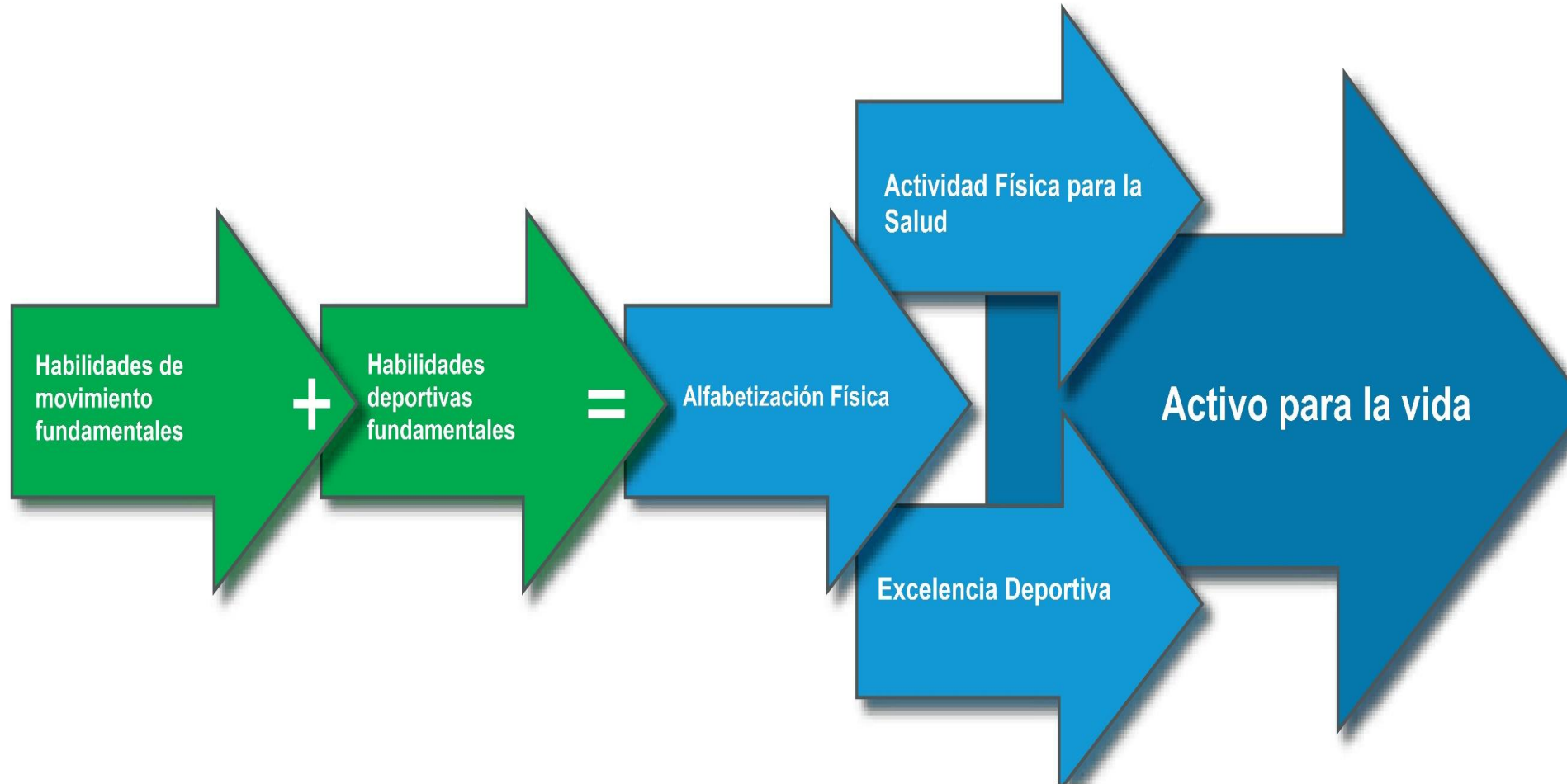
Asumir con responsabilidad personal, elegir libremente ser activo de forma regular.



Alcaldía de
Bogotá

Whitehead, M. (2013). Definition of physical literacy and clarification of related issues. ICSSPE Bulletin, 65(1.2).

Alfabetización Física base de Vida Activa





Definitions, Foundations and Associations of Physical Literacy: A Systematic Review

Lowri C. Edwards¹ · Anna S. Bryant¹ · Richard J. Keegan² · Kevin Morgan¹ ·
Anwen M. Jones¹

Knowledge, transfer, and innovation in physical literacy curricula

Review

Catherine D. Ennis

Department of Kinesiology, University of North Carolina at Greensboro, Greensboro, NC 27412, USA

Received 17 February 2015; revised 28 February 2015; accepted 1 March 2015
Available online 10 April 2015



[Sports Medicine](#)

March 2019, Volume 49, [Issue 3](#), pp 371–383 | [Cite as](#)

Physical Literacy, Physical Activity and Health: Toward an Evidence-Informed Conceptual Model

PEER REVIEWED ARTICLE

Physical Literacy Measurement – *The Missing Piece*

Mark Tremblay and Meghann Lloyd

Background

Physical literacy, as a concept, is the “new kid on the block” and provides a fresh springboard from which a renewed emphasis on physical education can emerge. Many diverse definitions of physical literacy have been forwarded (Haydn-Davies, 2005; Lloyd, Colley, & Tremblay, in press; Lloyd & Tremblay, in press; Mandigo, Francis, Lodewyk, & Lopez, 2009; Maude, 2001; National

RESEARCH QUARTERLY FOR EXERCISE AND SPORT
2016, VOL. 87, NO. 1, 28–35
<http://dx.doi.org/10.1080/02701367.2016.1124671>

SPECIAL TOPICS: TOP 10 RESEARCH QUESTIONS

Top 10 Research Questions Related to Physical Literacy

Patricia E. Longmuir and Mark S. Tremblay

Children’s Hospital of Eastern Ontario Research Institute

Barnett, L. M., Dudley, D. A., Telford, R. D., Lubans, D. R., Bryant, A. S., Roberts, W. M., ... & Salmon, J. (2019). Guidelines for the selection of physical literacy measures in physical education in Australia. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(2), 119-125.

Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., Cooper, S. M., & Jones, A. M. (2018). 'Measuring' physical literacy and related constructs: a systematic review of empirical findings. *Sports Medicine*, 48(3), 659-682.

Green, N. R., Roberts, W. M., Sheehan, D., & Keegan, R. J. (2018). Charting physical literacy journeys within physical education settings. *Journal of Teaching in Physical Education*, 37(3), 272-279.

Longmuir, P. E., Boyer, C., Lloyd, M., Yang, Y., Boiarskaia, E., Zhu, W., & Tremblay, M. S. (2015). The Canadian Assessment of Physical Literacy: methods for children in grades 4 to 6 (8 to 12 years). *BMC public health*, 15(1), 767.

[BMC Salud Pública](#) . 2018; 18 (supl. 2): 1047.

Publicado octubre 2018 Doi: [10.1186 / s12889-018-5902-y](#)

Evaluación canadiense de la alfabetización física Segunda edición: una evaluación simplificada de la capacidad para la actividad física en niños de 8 a 12 años de edad

[Patricia E. Longmuir](#) , ^{1, 2} [Katie E. Gunnell](#) , ³ [Joel D. Barnes](#) , ¹ [Kevin Belanger](#) , ¹ [Geneviève Leduc](#) , ¹ [Sarah J. Woodruff](#) , ⁴ y [Mark S. Tremblay](#) ^{1, 2}

Longmuir, P. E., Boyer, C., Lloyd, M., Yang, Y., Boiarskaia, E., Zhu, W., & Tremblay, M. S. (2015). The Canadian Assessment of Physical Literacy: methods for children in grades 4 to 6 (8 to 12 years). *BMC public health*, 15(1), 767.



Alfabetización Física



IDRD



@IDRD



@Idrdbogota



Prensa IDRD



Alcaldía de Bogotá

Alcaldía de Bogotá

SSEO
SERVICIO SOCIAL ESTUDIANTEL OBLIGATORIO



IDRD



@IDRD



@ldrdbogota

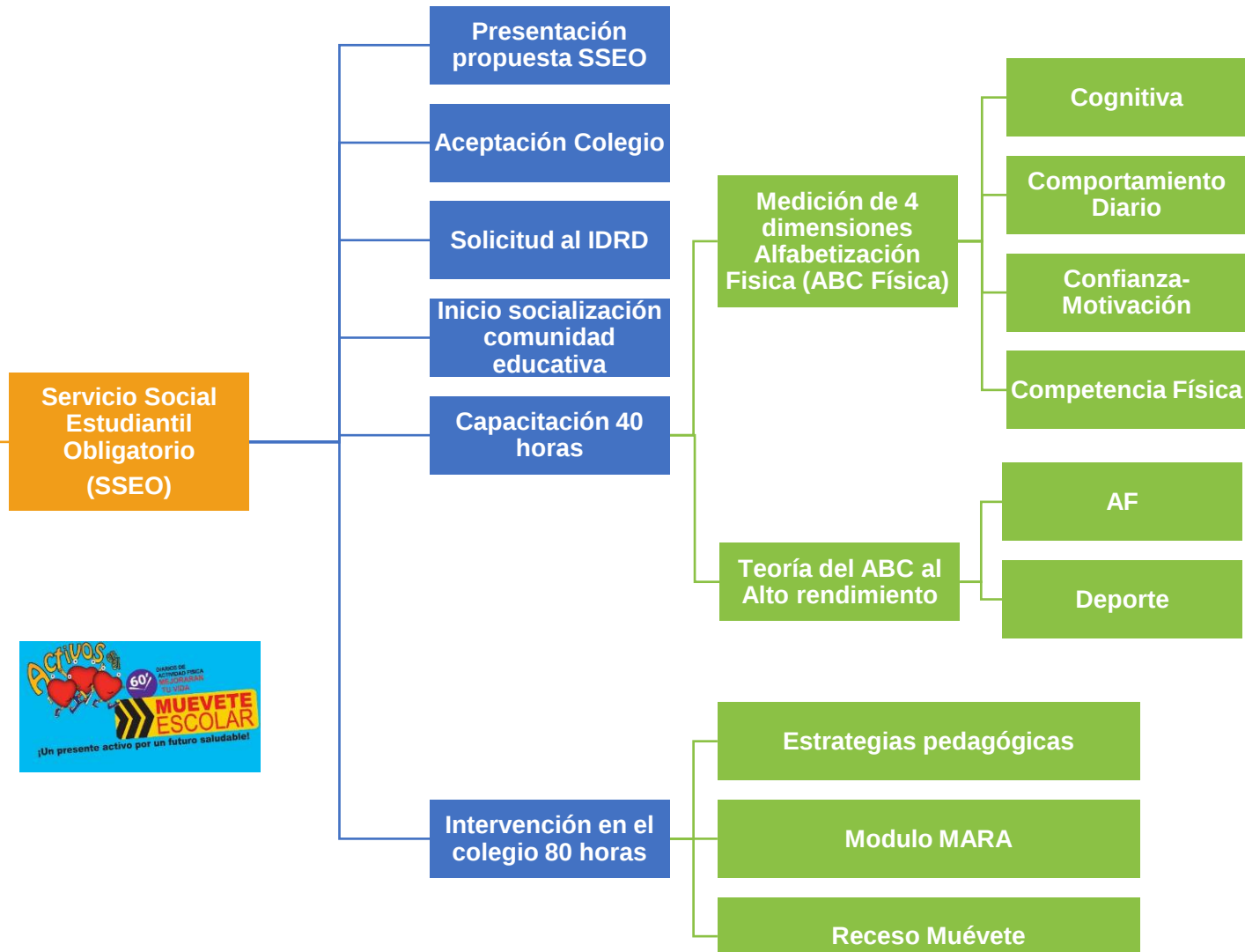


Prensa IDRD



Alcaldía de Bogotá

Gestión de intervención en AF y Deporte en entornos escolares



Indicador de Deporte, Educación Física y Actividad Física en entorno escolar (IDEA)





Evaluación de las 4 dominios de la alfabetización física en el entorno escolar



Indicador Comportamiento
Fomento y Desarrollo

Alfabetización Física

Conocimiento y
comprensión

Motivación y Confianza

Comportamiento Diario

Competencia Física

Alfabetización Física



Practica un deporte dentro o fuera del colegio

Transporte al colegio:
Camina 9.000
12.000 pasos
día o Monta
en Bici

ALFABETIZACIÓN FÍSICA, Medición 3 Dominios

Estimado estudiante:

Te damos la bienvenida al PROCESO DE EVALUACIÓN DE ALFABETIZACIÓN FÍSICA. La siguiente encuesta tiene como objetivo determinar tu nivel de conocimiento, comprensión, motivación, confianza, comportamiento diario de la Alfabetización Física.

Desde el Área de Fomento y Desarrollo Deportivo tenemos en cuenta que se busca garantizar la protección de datos personales o de cualquier otro tipo de información obtenida y su tratamiento en las bases de datos y archivos, garantizando el derecho constitucional de conocer, actualizar y rectificar la información recogida. Todo esto en desarrollo de lo establecido por el artículo 15 de la Constitución Política, la Ley 1266 de 2008, Ley 1581 de 2012 y demás decretos reglamentarios. Por lo tanto, respondiendo SI a este cuestionario autorizas el uso de tus datos y material audiovisual para posibles estudios donde se conserva todo el manejo ético

*Obligatorio

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdnfTXMltWQWDMAnFMnC5vx6DcmHOMww7mqP_EruXGHMhsPxw/viewform?usp=sf_link





Alfabetización Física





ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ
MEJOR
PARA TODOS

Instituto Distrital de Recreación y Deporte

IDRD



!!Promoción de la actividad física y el deporte en las instituciones educativas es compromiso de todos!!

Alfabetización física es la estrategia

Gracias



@ROCHIGAMEZND