

ORIENTACIONES PARA FAVORECER LA ACTIVIDAD FÍSICA ESCOLAR



Día de la actividad física escolar
06 de abril de 2026

MINISTERIO DEL DEPORTE Y MINISTERIO DE EDUCACIÓN

El Estado de Chile promueve la actividad física, el deporte y el juego como elementos clave para el desarrollo integral y el bienestar de estudiantes. En este contexto, los Ministerios del Deporte y de Educación celebran el **Día Internacional de la Actividad Física y el Deporte (6 de abril)** para fomentar hábitos activos en las comunidades educativas.

En 2026 la conmemoración tendrá especial relevancia por la **Ley N°21.778**, que establece **60 minutos diarios de actividad física en los establecimientos educacionales**, adicionales a la asignatura de Educación Física y Salud, medida que comenzará a aplicarse en 2027 para combatir el sedentarismo y fortalecer el bienestar y los aprendizajes.

La celebración busca ser un punto de partida para promover prácticas permanentes de movimiento durante el año escolar, con un **enfoque inclusivo** que permita la participación de todo el estudiantado. El documento orienta a directivos y equipos educativos en la planificación de acciones para fomentar la actividad física en las escuelas.

Consideraciones sobre la ley N°21.778

Aspecto	Descripción
Ley	Ley N°21.778, promulgada en noviembre de 2025. Consta de 10 artículos y 1 artículo transitorio.
Entrada en vigencia	Comenzará a aplicarse desde el año escolar 2027 , según el artículo transitorio que indica que entra en vigencia el año escolar siguiente a su publicación en el Diario Oficial.
Etapas de implementación	Primera etapa (2027): Educación parvularia y 1° a 4° básico.
	Segunda etapa (2028): Desde 5° básico hasta 4° medio.
Tiempo de actividad física	El artículo 4° establece 60 minutos diarios de actividad física, juegos y deportes durante la jornada educativa.
Forma de implementación en la jornada	No modifica las actividades lectivas.
	No agrega una hora extra a la jornada escolar.
	Los minutos se pueden acumular mediante inicio activo, pausas y recreos activos.
Recursos e implementación	La ley no requiere recursos económicos adicionales para su implementación.
Responsabilidad	No corresponde solo a la asignatura o docente de Educación Física y Salud, sino a toda la comunidad educativa.

Qué nos dice la ley N°21.778

La ley N°21.778 establece que los establecimientos de educación parvularia, básica y media, tanto públicos como privados, deben promover de manera sistemática la actividad física, los juegos activos y el deporte durante la jornada educativa como un elemento esencial de la educación integral, garantizando al menos sesenta minutos diarios de actividad física, sin sustituir la asignatura de Educación Física y Salud, resguardando la salud integral, la inclusión, la no discriminación y la igualdad de participación de todos los niños, niñas y adolescentes, mediante el uso adecuado de espacios y recursos, la formación de los equipos educativos, la participación estudiantil, la coordinación intersectorial y la implementación gradual de la ley conforme a orientaciones del Ministerio de Educación.

El presente documento tiene por finalidad orientar a directivos, sostenedores, docentes y equipos educativos en la planificación e implementación de acciones de promoción de la actividad física, tanto en el marco del Día de la Actividad Física y el Deporte, como en su proyección permanente.

Conceptos clave

Actividad física: la ley N°21.778, define actividad física como “Aquella práctica regular realizada por niños, niñas y adolescentes en etapa parvularia y escolar, dentro de los establecimientos educacionales consistentes en actividades de baja, moderada y alta intensidad, así como juegos de activación cerebral y estratégica, de carácter formativo, lúdico, integrativo, sistemático e inclusivo, que favorezcan el bienestar y la activación tanto física como cerebral, a lo largo de toda la jornada educativa”.

Juego activo: forma privilegiada de actividad física en la infancia, caracterizada por el movimiento libre, espontáneo o guiado, con sentido lúdico, placer y participación, fundamental para el desarrollo motor, cognitivo, social y emocional.

Deporte: corresponde al conjunto de actividades físicas que, realizadas de manera organizada o recreativa y generalmente bajo normas o reglas, contribuyen al desarrollo físico y mental de las personas, promueven la interacción social y pueden desarrollarse con fines formativos, recreativos o competitivos (Unesco, 2023)¹.

Deporte escolar: se refiere a las diferentes actividades físico-deportivas que se desarrollan en el entorno educativo y que poseen **finalidades esencialmente educativas**, contribuyendo al aprendizaje, al desarrollo motor y a la formación integral del estudiantado². Se desarrolla tanto dentro como fuera de la jornada escolar.

¹Fichas técnicas indicadores deporte 110423.pdf

²Bastian Carter-Thuillier et al., 2019.

Importancia del movimiento y la actividad física

La Organización Mundial de la Salud (OMS) el año 2021 entregó “Directrices de la OMS sobre Actividad Física y Comportamientos Sedentarios” en el cual señala recomendaciones sobre actividad física para niños, niñas y adolescentes de 5 a 17 años. El documento indica que para ser considerados activos “Los niños y adolescentes deben realizar al menos una media de 60 minutos de actividad física diaria principalmente aeróbica de intensidad moderada a vigorosa a lo largo de la semana”.

Junto con la recomendación entregada por la Organización Mundial de la Salud, es importante señalar que la Ley N°21.778 de 60 minutos de actividad física diaria en establecimientos educacionales incorpora también actividades de baja intensidad dentro de las acciones a implementar. Esto permite ampliar las oportunidades de participación para más niñas, niños y jóvenes, especialmente para quienes han estado más alejados de la práctica de actividad física o que presentan necesidades educativas especiales (NEE), promoviendo una incorporación gradual y accesible al movimiento.

¿Por qué es importante ser una persona activa?

La **inactividad física** es uno de los principales factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades no transmisibles y afecta directamente la salud y el bienestar de las personas. Por ello, promover mayores niveles de actividad física en la vida cotidiana contribuye significativamente a mejorar la salud, la calidad de vida y el bienestar integral.

La actividad física tiene una serie de **beneficios** que van en directa relación con el bienestar integral, las buenas condiciones para el desarrollo físico, el aprendizaje y la convivencia, así como también para el cuidado de la salud mental, especialmente si esa actividad es una práctica sistemática, cotidiana y desde edad temprana³.

Se ha demostrado que la actividad física se relaciona directamente con estados positivos del ánimo, sentimientos de bienestar, efectos positivos en cognición y agudeza mental⁴. El juego guiado y los deportes fomentan la interacción social entre pares, el trabajo en equipo y la convivencia. Iniciar las clases lectivas con la realización de actividad física tiene efectos positivos en el aprendizaje, estado de ánimo, atención, memoria y el logro académico, y podría ser de gran ayuda en niños, niñas y adolescentes con trastorno de déficit atencional con hiperactividad. Todos estos beneficios, a su vez, tienen impacto en el bienestar y salud mental, como por ejemplo, disminución de la depresión, niveles más bajos de ansiedad y mejora de la autoestima.

Al respecto, la cartilla N°2 de salud mental, “**Las artes y la actividad física en la promoción del bienestar integral**” (MINEDUC, 2025), entrega enfoques y recomendaciones a los equipos educativos, para incorporar la actividad física en diversas instancias y espacios, recalcando su importancia para promover el bienestar de las y los estudiantes y cuidar su salud mental.

Por otra parte, a nivel biológico, la actividad física favorece el crecimiento óseo, muscular y neuromotor, y fortalece los sistemas cardiovascular, respiratorio e inmunológico, reduciendo el riesgo de enfermedades desde edades tempranas. Y a nivel cognitivo, la actividad física mejora la estructura y función cerebral, la concentración y la motivación hacia el aprendizaje⁵.

³ Serradilla Gómez, P. (2024). Impacto de la actividad física en el rendimiento académico. <https://hdl.handle.net/10366/158598>

⁴ Bird, JM, Karageorghis, CI y Hamer, M. (2021). Relaciones entre las regulaciones de comportamiento, la actividad física y la salud mental antes y durante el bloqueo de COVID-19 en el Reino Unido. doi: 10.1016/j.psychsport.2021.101945

⁵ Rodríguez Moreno, W. (2025). La importancia de la práctica de la Cultura Física en la Educación General Básica. *Revista Multidisciplinaria SUMMUM*, 1(3), 26–34. <https://orcid.org/0009-0004-7669-1618>

Todos estos beneficios de la actividad física para el desarrollo y aprendizaje integral de las niñas, niños y adolescentes constituyen argumentos relevantes para hacer de la actividad física, el juego, el deporte o la danza parte de la vida cotidiana de las comunidades educativas, desde su rol pedagógico y de cuidado del bienestar de sus estudiantes. Este desafío implica transmitir una valoración de la actividad física desde el disfrute, no solo desde el rendimiento o la competitividad, avanzando hacia la inclusividad respetando la diversidad de tiempos, capacidades y procesos.

Actividad física en contexto escolar

Para lograr constituir a la actividad física como un elemento favorecedor del aprendizaje y un factor protector de la salud, es importante considerarla como parte de las actividades lectivas, tal como se ha indicado en el documento de orientaciones⁶. Si nos limitamos a la clase de Educación Física y Salud y talleres, será difícil lograr cambios, por el poco tiempo de la clase y la baja cobertura de los talleres.

En el contexto escolar, existen diversas formas de mantenerse activo. Entre las actividades más comunes se encuentran caminar, andar en bicicleta, pedalear, practicar deportes, jugar y participar en actividades recreativas. Estas pueden ser realizadas por todas las personas y adaptarse a las capacidades, intereses y edades de cada estudiante, favoreciendo así una participación amplia e inclusiva en la comunidad educativa⁷. El Ministerio de Educación sugiere realizar acciones antes, al inicio, durante y posterior a la jornada escolar, tales como: Inicio activo de la jornada, pausas activas, recreos entretenidos, promover la actividad física durante el trayecto escuela/hogar, acciones en el hogar⁸.

⁶ MINEDUC (2020), Orientaciones para la actividad física escolar. <https://convivenciaparaciudadania.mineduc.cl/wp-content/uploads/2021/11/ORIENTACIONES-ED-FISICA-WEB.pdf>

⁷ Orientaciones-Actividad-Fisica-en-Educacion-Especial.pdf

⁸ MINEDUC (2025). "Las artes y la actividad física en la promoción del bienestar integral"

DÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA 2026

Cada establecimiento debe asegurar oportunidades diarias de movimiento, de modo que los estudiantes acumulen al menos 60 minutos diarios de actividad física, juegos o deporte durante la jornada educativa. Los 60 minutos se suman, no se concentran en un solo bloque.

Objetivo: Desarrollar acciones que favorezcan la integración de la actividad física dentro de la vida escolar cotidiana.

Paso 1: Definir un responsable

Director/a designa un encargado de la jornada (UTP, convivencia, docente, otro), quien estará a cargo de coordinar tiempos, equipos, espacios, comunicación interna y comunicación a toda la comunidad educativa.

Paso 2: Planificar la actividad del día de forma simple, no se requiere planificación compleja ni recursos adicionales, para ello se sugiere responder estas preguntas:

1. ¿Qué cursos serán convocados y cómo participarán?
2. ¿En qué momentos del día se realizarán actividades?
3. ¿Qué actividades se realizarán?
4. ¿Qué espacios se usarán?
5. ¿Quién lidera cada actividad?

Sugerencia de uso de ropa adecuada: La ley 21.778 indica en su artículo N°5, "promoverán el uso de la vestimenta adecuada para la práctica de actividades físicas y deportivas". Esto se podría indicar como una actividad complementaria, pero según estudios, el uso de buzo deportivo permite el aumento de la actividad física en los estudiantes, especialmente en mujeres (Cristi-Montero et al., 2023).

Descripción de acciones sugeridas

Las actividades físicas se pueden integrar en distintos momentos de la vida escolar. Por ejemplo, se pueden hacer cuando las y los estudiantes llegan en la mañana, como un rito de inicio de la jornada; entre clases o unidades de aprendizaje, para movilizar el cuerpo y prepararse a una nueva fase de tranquilidad; en los recreos; o al cierre de la jornada escolar. Dependerá de la organización de cada comunidad educativa y de su proyecto educativo, las decisiones que se tomen respecto a cómo se integran estos espacios.

A continuación, se describen las diferentes oportunidades de actividad física que se pueden implementar en la rutina escolar. En Anexo se proponen actividades concretas que cada establecimiento puede acoger y ajustar para la celebración de este día.

1. Acciones al inicio de la jornada escolar

Las actividades previas al inicio de la jornada escolar han sido reconocidas como una excelente oportunidad para incrementar el nivel de actividad física y la sociabilización entre NNA. Por ejemplo, comenzar el día con 10 minutos de actividad física libre o guiada como en el proyecto La Milla podrían ayudar a acumular entre 33-50% de la actividad física de intensidad moderada a vigorosa recomendada por las organizaciones internacionales, además de mejorar la condición física en un 9% y reducir un 4% el porcentaje de grasa. Ha sido reconocido que iniciar las lecciones lectivas posterior a la realización de actividad física presenta un efecto positivo en el aprendizaje, estado de ánimo, atención, memoria y el logro académico. Además, podría ser de gran ayuda en NNA con trastorno de déficit atencional con hiperactividad (Ministerio de Educación, 2025).

2. Acciones al inicio de la jornada escolar

Los y las estudiantes permanecen sentados durante períodos prolongados de tiempo durante la jornada escolar, especialmente en el aula, lo cual fomenta una serie de conductas sedentarias, impactando de forma negativa en la salud, incluso de forma independiente de sus niveles de inactividad física.

Diversos estudios han demostrado que la integración de pequeños bloques de actividad física durante las clases lectivas en el aula puede tener beneficios educativos adicionales, como una mejor atención a la tarea, mayor motivación y el disfrute del aprendizaje, además de mejores logros en diversas asignaturas (Ministerio de Educación, 2025).

- **Aulas activas:** son una estrategia pedagógica que incorpora el movimiento en el proceso de enseñanza y aprendizaje, mediante diversas dinámicas corporales, pausas activas u otras actividades que integran el movimiento para el logro de los objetivos de aprendizaje en las diferentes asignaturas del currículo. Entre sus propósitos están que los estudiantes sean los protagonistas de sus propios aprendizajes, promoviendo una mayor participación, motivación y disposición para el aprendizaje por parte de los estudiantes. (UNESCO, 2015).

Las aulas activas se vinculan con el concepto de currículum corporeizado, que reconoce que el aprendizaje se construye a través de la experiencia corporal, el movimiento y la interacción con el entorno. Desde este enfoque, el cuerpo se entiende como un medio para aprender, por lo que integrar el movimiento en las actividades pedagógicas favorece el desarrollo cognitivo, la participación y el bienestar de los estudiantes. La incorporación del movimiento durante la jornada escolar puede mejorar la atención, la memoria y la comprensión de los contenidos, contribuyendo a generar experiencias de aprendizaje más significativas (Dicke y Fischer, 2021).

Asimismo, desde la neurociencia se ha demostrado que la actividad física estimula procesos cerebrales asociados al aprendizaje, favoreciendo funciones cognitivas como la atención, la memoria y las funciones ejecutivas, lo que contribuye a mejorar la concentración y el rendimiento académico de los estudiantes. (Macedonia, M., 2019).

- **Pausas activas:** se refieren a actividades más lúdicas para quebrar los momentos de sedentarismo, pero sin entrar en lo curricular. Corresponden a breves momentos de actividad física que se incorporan durante la jornada de clases, con el propósito de interrumpir los periodos prolongados de sedentarismo y favorecer la activación física y cognitiva de los estudiantes, sin profundizar curricularmente los OA. El programa Activamente entrega orientaciones y recursos para la realización de pausas activas⁹.

⁹ Convivencia para la Ciudadanía.

3. Recreos activos

Los recreos activos son una estrategia educativa que busca promover que las y los estudiantes participen en juegos, actividades físicas y recreativas durante los tiempos de recreo, con el objetivo de promover y fortalecer el movimiento, la convivencia escolar y el bienestar integral durante la jornada educativa. Para ello, se pueden habilitar espacios, disponer de materiales o proponer juegos que incentiven el movimiento y la participación de manera voluntaria, inclusiva y segura.

Algunos estudios académicos señalan que los recreos activos contribuyen a aumentar los niveles diarios de actividad física, reducir el sedentarismo y mejorar la convivencia y la participación entre estudiantes, generando entornos escolares más saludables y favorables para el aprendizaje (David Lubans 2016).

4. Actividades masivas, encuentros, campeonatos

Las actividades masivas, encuentros deportivos y campeonatos constituyen instancias educativas que promueven la participación, la vida activa y la convivencia en la comunidad escolar. Estas iniciativas permiten generar espacios de encuentro entre estudiantes, cursos o establecimientos educacionales, fomentando la práctica de actividad física y deporte en un contexto formativo, inclusivo y participativo.

Desde una perspectiva educativa, este tipo de actividades contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, fortaleciendo habilidades socioemocionales como el trabajo en equipo, el respeto, la cooperación y el juego limpio, al mismo tiempo que incentivan la adopción de estilos de vida activos y saludables.

La evidencia internacional señala que la participación en actividades físicas y deportivas en el contexto escolar contribuye a mejorar la salud física, el bienestar y la motivación por la práctica de actividad física, favoreciendo la construcción de hábitos activos a lo largo de la vida (Organización Mundial de la Salud, 2020).

5. Salidas pedagógicas

Las salidas pedagógicas son una estrategia educativa que permite ampliar los espacios de aprendizaje fuera del aula, integrando experiencias formativas en contacto con el entorno natural, cultural o comunitario. En el contexto de la promoción de la actividad física, estas instancias ofrecen oportunidades para que los estudiantes participen en actividades de movimiento, exploración y aprendizaje activo, favoreciendo su desarrollo integral.

En el marco de la Ley N°21.778 de 60 minutos de actividad física diaria en establecimientos educacionales, las salidas pedagógicas pueden contribuir a generar oportunidades adicionales de actividad física durante la jornada educativa, mediante experiencias como caminatas, recorridos interpretativos, actividades deportivas, recreativas o de contacto con la naturaleza. Estas acciones permiten promover estilos de vida activos y fortalecer aprendizajes vinculados al bienestar, la vida saludable y la educación integral de los estudiantes.

ANEXO: Propuestas de actividades

Propósito	Activar el cuerpo y la mente al comenzar el día escolar, favoreciendo la disposición al aprendizaje y utilizando solo su propio cuerpo y el espacio disponible.
Tipo de actividad	Inicio activo, pausa activa
Duración	10 minutos
Espacio	Patio- Sala de clases
Participantes	Estudiantes
Descripción	<p>La actividad está compuesta de tres fases. Una inicial de calentamiento, una actividad principal y para el cierre una actividad de calma y relajación que disponga al estudiante a retomar su clase.</p> <p>Fase 1: Calentamiento (3 minutos) Actividad: "Sigue al líder" El/la docente actúa como líder y realiza movimientos simples que el grupo debe imitar; puede traspasar el rol de líder a un/a estudiante.</p> <p>Fase 2: Actividad principal (10 minutos) Actividad: "El semáforo activo" El profesor da instrucciones basadas en los colores del semáforo que consisten en desplazamientos que obedecen a la descripción de cada color del semáforo. Rojo: todos los niños/as quietos Amarillo: todos los niños/as caminan lentamente Verde: todos los niños/as corren</p> <p>Fase 3: Relajación (2 minutos) Actividad: "Respira y estira"</p>

Propósito	Interrumpir períodos prolongados de sedentarismo, activar a las y los estudiantes y favorecer su concentración para el aprendizaje.
Tipo de actividad	Pausa activa
Duración	5 - 10 minutos
Espacio	Sala de clases
Participantes	Estudiantes
Descripción	<p>“Atleta Robot”: Niñas y niños se convierten en “robots” que necesitan activarse para comenzar su día. El profesor/a será el “programador” que les dará comandos para realizar diferentes movimientos. Los comandos se basan en acciones simples que los niños deben imitar, pero con un toque divertido y creativo.</p> <p>Ejemplos:</p> <p>Activación articular: Estudiantes realizan movimientos suaves de cuello, hombros, brazos, caderas y piernas, puede ser con o sin música.</p> <p>Animales en movimiento: Imitar movimientos de animales (rana, canguro, gato, oso).</p> <p>Desafíos de equilibrio: Mantener equilibrio en diferentes posiciones en un pie durante 10 segundos y luego cambiar.</p>

Propósito	Promover la actividad física, el juego y la participación de las y los estudiantes durante los tiempos de recreo, favoreciendo su bienestar físico, socioemocional.
Tipo de actividad	Recreo activo
Duración	15 minutos
Espacio	Patio, gimnasio, multicancha
Participantes	Estudiantes
Descripción	<p>Estaciones de actividad física, cada una diseñada para fomentar el movimiento, la diversión y la participación de todos los estudiantes. Instalar circuitos de movimiento con desafíos simples: saltar, zigzag, equilibrio, pequeños obstáculos, entre otros.</p> <p>Estación 1: Circuito de habilidades motrices</p> <p>Descripción: Los y las estudiantes realizarán un circuito que incluye saltos, equilibrio y desplazamientos.</p> <p>Actividades: Saltar entre aros colocados en el suelo (coordinación). Caminar sobre una cuerda en el suelo (equilibrio). Zigzag entre conos (agilidad).</p> <p>Materiales: Aros plásticos (10-12 unidades). Cuerda gruesa (5 metros). Conos (10 unidades).</p> <p>Estación 2: Juegos de pelota</p> <p>Descripción: Actividades con balones para fomentar la coordinación y el trabajo en equipo.</p> <p>Actividades: Lanzar y atrapar pelotas en parejas. Driblear un balón de básquetbol alrededor de conos. Las quemadas. Béisbol con la mano (mini partidos de fútbol en equipos pequeños (3 vs. 3)).</p> <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Balones de básquetbol (3 unidades). Balones de fútbol (2 unidades). Balones de esponja (1/2 unidades). Pelota de tenis. Conos (10 unidades). <p>Estación 3: Juegos lúdicos</p> <p>Descripción: Juegos tradicionales adaptados para fomentar la actividad física.</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “La pinta congelada” (los estudiantes deben correr y evitar ser tocados; si son tocados, deben quedarse quietos hasta que otro compañero los libere). “Carrera de relevos” con obstáculos. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conos (10 unidades). Cuerda para delimitar áreas (5 metros). <p>Estación 4: Saltos y ritmo</p> <p>Descripción: Actividades con música para trabajar la coordinación y el ritmo.</p> <p>Actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saltar la cuerda individualmente o en grupos. Seguir coreografías simples al ritmo de la música. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuerdas para saltar (10 unidades). Reproductor de música y parlantes. <p>Otros ejemplos:</p> <p>Juegos tradicionales: Rayuela, luche, el pillarse, la escondida, el elástico, etc.</p> <p>Juegos de puntería: Lanzar pelotas o saquitos a un aro, caja o zona marcada.</p> <p>Juegos cooperativos: Actividades donde el objetivo es colaborar (transportar un objeto entre varios, desafíos grupales).</p>

Propósito	Las actividades masivas, encuentros y campeonatos deportivos o recreativos tienen como propósito promover la participación activa de las y los estudiantes en experiencias colectivas de actividad física, juego y deporte, fortaleciendo hábitos de vida activa dentro de la comunidad educativa. Estas instancias buscan fomentar la convivencia escolar, el trabajo en equipo, el respeto por las reglas y la valoración del esfuerzo personal y colectivo.
Tipo de actividad	Actividades masivas, encuentros, campeonatos
Duración	A definir según actividad
Espacio	Patio, gimnasio, multicancha
Participantes	Estudiantes
Descripción	<p>Estas iniciativas consisten en organizar juegos y/o deportes colectivos que pueden ser desarrollados en los recreos, o bien, en horas de libre disposición, cambio de actividades, entre otros.</p> <p>Corridas o caminatas escolares: Organizar recorridos dentro o alrededor del establecimiento.</p> <p>Campeonatos intercurros: Competencias deportivas entre cursos (fútbol, vóleibol, básquetbol, quemadas).</p> <p>Encuentros recreativos: Jornadas de juegos colectivos no competitivos entre cursos o ciclos.</p> <p>Zumba o baile masivo: Sesiones colectivas de baile guiado en el patio o gimnasio.</p> <p>Encuentros deportivos inclusivos: Actividades adaptadas que permitan la participación de estudiantes con distintas habilidades.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Toda actividad debe ser: ✓ Inclusiva ✓ Adaptable ✓ Segura ✓ No competitiva obligatoria ✓ Enfocada en el aprendizaje integral y bienestar socioemocional

