



ORIENTACIONES PARA LA PLANIFICACIÓN Y EJECUCIÓN DE LA CARRERA FAMILIAR 3K “POR UNA VIDA ACTIVA Y SALUDABLE”

I. FINALIDAD

Establecer las orientaciones para la planificación, organización y ejecución de la Carrera Familiar 3K “Por una vida activa y saludable” a nivel nacional, a cargo de las Direcciones/Gerencias Regionales de Educación, Unidades de Gestión Educativa Local o las que hagan sus veces.

La Carrera Familiar 3K, promovida por el Ministerio de Educación a través de la Dirección de Educación Física y Deporte – DEFID, se desarrolla en el marco de la implementación del Currículo Nacional.

Busca promover el desarrollo autónomo de la práctica de la actividad física, deportiva y recreativa como factor de salud, desarrollo emocional y práctica de valores en estudiantes, padres de familia y comunidad a través de la participación en una actividad física y/o recreativa masiva *NO COMPETITIVA*, que integra a la familia y afianza el compromiso de la comunidad, en la consolidación de los hábitos de vida activa y saludable.

II. OBJETIVO

Establecer las pautas para la organización y desarrollo de la Carrera Familiar 3K “Por una vida activa y saludable” en las regiones del país.

III. BASE NORMATIVA

- 3.1 Ley N° 28044, Ley General de Educación y sus modificatorias.
- 3.2 Ley N° 30432, Ley que promueve y garantiza la práctica del deporte y la educación física en los diferentes niveles de la educación básica pública.
- 3.3 Decreto Supremo N° 011-2012-ED, que aprueba el Reglamento de la Ley N° 28044, Ley General de Educación.
- 3.4 Decreto Supremo N° 001-2015-MINEDU, que aprueba el Reglamento de Organización y Funciones del Ministerio de Educación.
- 3.5 Resolución Ministerial N° 034-2015-MINEDU, Plan Nacional de Fortalecimiento de Educación Física y Deporte Escolar.
- 3.6 Resolución Ministerial N° 287-2016-MINEDU, que aprueba el Plan Estratégico Sectorial Multianual (PESEM) 2016 – 2021 del Sector Educación.
- 3.7 Resolución Ministerial N° 281-MINEDU, que aprueba el Currículo Nacional de la Educación Básica.
- 3.8 Resolución Ministerial N° 272 – 2018-MINEDU, que aprueba el Plan Operativo Institucional 2019.
- 3.9 Resolución Ministerial N° 014-2019-MINEDU - Aprobar el Plan Operativo Institucional 2019 consistente con el Presupuesto Institucional de Apertura (PIA) del Pliego 010: Ministerio de Educación.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Viceministerio de
Gestión Pedagógica

Dirección General de
Educación Básica Regular

Dirección de Educación
Física y Deporte

Mejores
peruanos
Siempre

“Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad”
“Decenio de la Igualdad de oportunidades para Mujeres y Hombres”

IV. ALCANCE

4.1 Ministerio de Educación

4.2 Direcciones/Gerencias Regionales de Educación o las que hagan sus veces.

4.3 Unidades de Gestión Educativa Local

V. ASPECTOS GENERALES

5.1 SIGLAS

5.1.1 DEFID : Dirección de Educación Física y Deporte

5.1.2 DRE : Dirección Regional de Educación

5.1.3 GRE : Gerencia Regional de Educación

5.1.4 UGEL : Unidad de Gestión Educativa Local

5.1.5 II.EE. : Instituciones Educativas

5.2 PÚBLICO PARTICIPANTE

5.2.1 Participan alumnas, alumnos, padres, familiares, docentes, personas con discapacidad, personal de las DRE/GRE y UGEL, y comunidad en general.

5.2.2 La participación e inscripción es libre y gratuita. Se podrá correr o caminar, la regla principal es divertirse realizando actividad física en compañía de otros al aire libre.

5.3 FECHAS, LUGAR Y HORARIOS DE INSCRIPCIÓN

5.3.1 La Carrera Familiar 3K, se llevará a cabo en simultáneo a nivel nacional en todas las UGEL los días 07 de abril y 13 de octubre del 2019.

5.3.2 Las inscripción se iniciará 10 días antes del día de la carrera y concluirán hasta antes de iniciar la misma. El lugar y horarios de inscripción para la carrera serán definidos por el Comité Organizador de cada DRE/GRE o UGEL. (Ver **anexo N° 1** y **anexo 2**, propuesta o modelo de ficha de inscripción y horario respectivamente).

5.4 EQUIPOS DE TRABAJO

5.4.1 Cada lugar o sede donde se desarrollará la Carrera Familiar 3K se organizará de la siguiente manera: 01 Comité Organizador y 03 Comisiones de trabajo.

5.4.2 **Comité Organizador:** Presidido por el Director(a) de la DRE/GRE o UGEL o el que este designe. Integrado por el Especialista de Educación Física y el Comunicador o responsable de Imagen Institucional de la DRE/GRE o UGEL. Se recomienda incluir al profesor(a) deportivo de los Consejos Regionales de Deporte (CRD) del IPD, representante del Municipio y de otras instituciones que consideren necesarias.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Viceministerio de
Gestión Pedagógica

Dirección General de
Educación Básica Regular

Dirección de Educación
Física y Deporte

Mejores
peruanos
Siempre

“Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad”
“Decenio de la Igualdad de oportunidades para Mujeres y Hombres”

5.4.3 Comisiones de Trabajo: Se sugiere constituir las siguientes comisiones:

5.4.3.1 Comisión técnica:

- a. Elabora, socializa, ejecuta y evalúa el Plan de Trabajo de la Carrera Familiar 3K.
- b. Identifica el circuito de la carrera. Ubica los puntos de salida, llegada e hidratación.
- c. Supervisa las actividades en los puntos de salida y llegada.
- d. Elabora el informe final de los resultados de la Carrera Familiar 3K (Cumplimiento de los objetivos, número de participantes, etc.), **ver anexo 4**.

5.4.3.2 Comisión de Logística, Seguridad y Salud:

- a. Gestiona las autorizaciones y permisos correspondientes para el uso del circuito donde se llevará a cabo la Carrera Familiar 3K.
- b. Coordina con quien corresponda la gestión, traslado y distribución de los recursos que dan soporte a la Carrera Familiar 3K (Carpetas, mesas, sillas equipos de sonido, estrado, hidrantes en el punto de concentración de la partida de la Carrera y otros materiales necesarios para efectuar las inscripciones así como la señalética para todo el recorrido de la carrera)
- c. Coordina con la Policía Nacional y/o Serenazgo, el resguardo de la seguridad del recorrido antes, durante y después de la carrera. De ser necesario y posible, solicita el cierre de calles y/o avenidas respectivas.
- d. Gestiona y garantiza la presencia de ambulancia y/o bomberos.

5.4.3.3 Comisión de comunicación, inscripción y capacitación a voluntarios:

- a. Realiza el plan comunicacional de la Carrera Familiar 3K (Convoca a las familias de las Instituciones Educativas, directivos, especialistas, autoridades de la jurisdicción y la comunidad en general.)
- b. Realiza la convocatoria de voluntarios para la organización y desarrollo del evento.
- c. Capacita a los voluntarios.
- d. Se encargan del proceso de inscripción.
- e. Entrega a los participantes los números (dorsales, brazaletes u otro) que facilitará su identificación y contabilización.

VI. ASPECTOS ESPECIFICOS



6.1 DETERMINACIÓN DEL RECORRIDO

- 6.1.1 El Comité Organizador será quien elija y apruebe el lugar donde se llevará a cabo la Carrera Familiar 3K. Definirá el punto de partida, recorrido y llegada y prepara el *croquis* del recorrido.
- 6.1.2 Cuanto más accesible sea el lugar escogido, mayor participación se puede garantizar. Tener en consideración las vías de comunicación, estas deben ser seguras y encontrarse en buen estado, fácil acceso con transporte público, entre otros. (Se sugiere que sea la plaza principal, estadio, coliseo o algún otro lugar de fácil acceso e importancia).
- 6.1.3 Aprovechar el potencial de la zona con un recorrido con valor añadido, es decir, si hacemos la carrera en zona urbana, podemos desarrollar un recorrido que transcurra por los sitios de valor histórico y cultural de la zona, y si es en zona rural, destacar el entorno, el paisaje natural y el medio ambiente.

6.2 TRÁMITES ADMINISTRATIVOS

- 6.2.1 Al mismo tiempo que se determine el lugar donde se llevará a cabo la Carrera Familiar 3K se debe gestionar: las invitaciones, permisos y autorizaciones correspondientes para llevar a cabo la carrera:
 - a. Autorizaciones/Permisos (gestionadas en la Municipalidad, Policía Nacional, Salud, bomberos, etc.). Incluir en la solicitud el número esperado de participantes para asegurar la dotación de apoyo necesario.
 - b. Invitaciones (autoridades regionales, municipales, empresas, IPD e instituciones educativas, prensa, aliados estratégicos, etc.).
- 6.2.2 Tener en consideración al momento de organizar el evento que cada Región, zona o localidad tiene sus propias regulaciones (acceso, seguridad, etc.) que pueden influenciar en la organización. No es lo mismo organizar una carrera en una zona rural que hacerla en una zona urbana o una gran ciudad. En este último caso, deberemos contar con permisos para cerrar calles y con la asistencia de la policía local y/o serenazgo, que serán los encargados de la seguridad de los participantes.
- 6.2.3 Es *imprescindible* contar con atención médica o de primeros auxilios (ambulancia) para los participantes, sea cual fuere la zona donde se desarrolle. Los bomberos son un importante aliado en esta actividad. De no contar con atención médica o primeros auxilios y seguridad, no debe realizarse la actividad.
- 6.2.4 Considerar los tiempos de aprobación y respuesta de las gestiones realizadas ante las autoridades, por ello, es importante realizar su seguimiento a fin de asegurar que se tendrán a tiempo. Es de vital importancia empezar a realizar estas acciones tan pronto como sea posible para evitar que las demoras en la aprobación puedan afectar el normal desarrollo del evento.



6.3 COMUNICAR Y PROMOVER LA CARRERA

Con el propósito de captar el mayor número de participantes y lograr los objetivos de la carrera 3K, es necesario su difusión, antes del evento y durante su ejecución.

- 6.3.1 Ponerse en contacto con el comunicador o encargado de imagen institucional de la DRE/GRE y UGEL y proveer de toda la información necesaria para que la difusión se haga desde las oficinas de imagen institucional y teniendo como voceros a las principales autoridades.
- 6.3.2 La DRE/GRE y UGEL debe asegurar que la convocatoria a la Carrera Familiar 3K esté publicada en sus plataformas institucionales: página web, redes sociales o algún otro canal de comunicación masiva que tuvieran (programas de radio, programas de TV, boletines, etc.).
- 6.3.3 Si tuviera acceso a espacios en medios de prensa escrita, radial, televisiva o digital aprovechar en gestionar menciones que ayuden a la convocatoria. En este caso, será de mucha utilidad el modelo de ayuda memoria del evento que se encontrará en el siguiente enlace:
https://drive.google.com/open?id=1Clcm5KRLRkVr1HNhrcf8MuG_HGWSnE28.
- 6.3.4 Difundir el evento por medio de afiches, pancartas, arengas, cantos preparados por los estudiantes, gigantografías en las I.E.E., DRE/GRE, UGEL, municipalidad, etc., de acuerdo a sus posibilidades presupuestales. Usar también las redes sociales para dar a conocer la carrera, de esta forma los participantes pueden consultar e informarse, conocer el recorrido, etc.
- 6.3.5 Si tuvieras alguna necesidad específica de diseño gráfico o hacer alguna consulta sobre los lineamientos de comunicación pueden comunicarse al siguiente correo: comunica1defid@minedu.gob.pe

6.4 PLANIFICAR LA CARRERA

Una vez definida la carrera, debemos planificar su ejecución teniendo en consideración lo siguiente:

- 6.4.1 **Punto de atención a los participantes:** Es necesario habilitar una zona donde los participantes puedan dirigirse en el caso de que tengan alguna duda. También es importante que los miembros de la organización estén identificados para que sepan a quién dirigirse.
- 6.4.2 **Señalización de partida, recorrido y llegada:** Es importante identificar correctamente el punto de partida, para que esta sea fluida y cómoda para los participantes. Deberá ser un espacio lo suficientemente amplio para agrupar a todos, preferentemente en una recta. Igualmente, es importante no mezclar grupos de edades con lo cual se evita que algunos entorpezcan el paso de otros, en este caso cada jurisdicción lo abordará con la mejor estrategia para tal fin. Antes del día del evento, los organizadores harán una inspección del recorrido para comprobar el estado de las vías (por ejemplo que no haya buzones sin tapa u otros peligros) y señalar toda la ruta con claridad (ida y vuelta).



PERÚ

Ministerio
de EducaciónViceministerio de
Gestión PedagógicaDirección General de
Educación Básica RegularDirección de Educación
Física y DeporteMejores
peruanos
Siempre

“Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad”
“Decenio de la Igualdad de oportunidades para Mujeres y Hombres”

- 6.4.3 **Asistencia e hidratación:** Es importantísimo garantizar la hidratación de los participantes. Por lo menos en la llegada, deben tomar líquido y si es posible sólido (por ejemplo una fruta) para recuperarse del esfuerzo. Solicitar que los participantes lleven su dotación personal.
- 6.4.4 **Servicios médicos y primeros auxilios:** Es un punto clave para prevenir situaciones de emergencia. Gestionar con el Ministerio de Salud, Municipio o Bomberos el apoyo médico y servicio de ambulancia. *La carrera no se podrá realizar sin la presencia de los servicios médicos o de primeros auxilios, desde el inicio, durante y hasta finalizado el evento.*
- 6.4.5 **Servicio de resguardo policial y/o serenazgo:** Clave para garantizar el éxito del evento sin contratiempos. Se debe coordinar con la Dirección Territorial de la PNP y/o Comisaría de la localidad el resguardo policial y/o con la municipalidad respectiva el apoyo del serenazgo. *En especial en zonas urbanas, no se podrá realizar la carrera sin la presencia del resguardo policial o serenazgo desde el inicio, durante y hasta finalizado el evento.*
- 6.4.6 **Presencia de autoridades y medios de prensa:** Se recomienda confirmar la presencia en el evento de las autoridades, especialmente de la DRE/GRE, las UGEL, Directores de las instituciones educativas participantes; así como, medios de prensa y otras autoridades de la región, para fortalecer el evento y la difusión del trabajo que realizan los profesores de Educación Física en las 3 horas curriculares.
- 6.4.7 **Estacionamiento:** Es recomendable, en las zonas urbanas, habilitar un área de estacionamiento para que los participantes puedan acceder hasta el punto de salida de manera cómoda y fácil. Debe a su vez tener en cuenta diferentes vías de acceso para evitar el congestionamiento de los participantes a este evento.

6.5 DURANTE LA CARRERA

Tener en consideración lo siguiente:

- 6.5.1 **Recepción y Ubicación:** Conformar un equipo de profesores (voluntarios) que se encargue de orientar y ayudar a los participantes, responder a la solicitud de información; registrar a los participantes; comprobar la llegada de las I.E.E. con sus respectivos profesores, de la policía y/o serenazgo, del equipo móvil de salud. Recepción oficial de las autoridades asistentes. Ubicar a los participantes en el espacio previsto para el inicio de la Carrera.
- 6.5.2 **Bienvenida e inicio del evento:** Un encargado brindará el saludo y sensibilizará a los participantes, dará las instrucciones sobre la actividad a realizarse, recorrido, seguridad, salud, llegada, etc. Realizará la activación fisiológica y dará inicio a la carrera. Ubicará a los miembros que la guiarán (“liebre”) y cerrarán (grupo “escoba”).
- 6.5.3 **Registro fotográfico y video:** Deben registrarse con la mejor calidad posible. De preferencia tomarse con una cámara fotográfica de alta resolución. Captar las imágenes eligiendo ángulos y alturas que permitan visualizar la mayor cantidad de participantes en la carrera familiar, captar expresiones y en movimiento de los padres/madres, hijos y familiares. Remitir a DEFID (comunica1defid@minedu.gob.pe) la selección de sus mejores tomas.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Viceministerio de
Gestión Pedagógica

Dirección General de
Educación Básica Regular

Dirección de Educación
Física y Deporte

*Mejores
peruanos
Siempre*

“Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad”
“Decenio de la Igualdad de oportunidades para Mujeres y Hombres”

- Enviar solo fotografías, no video.
- Enviar como máximo 5 fotografías.
- Las fotos enviadas deben especificar la región, provincia y distrito, de ser posible las escuelas y la cantidad de participantes.

6.5.4 Cierre de la carrera: Asegurar la hidratación de todos los participantes. Verificar la llegada de todos y su estado de salud. Agradecer la participación.

6.6 DESPUÉS DE LA CARRERA

- 6.6.1 Verificar que todos los alumnos se hayan retirado.
- 6.6.2 Recoger los equipos y materiales utilizados.
- 6.6.3 Verificar que los espacios queden limpios (recojo de desperdicios)
- 6.6.4 Reunión de evaluación, analizar con el equipo las fortalezas, debilidades y plantear sugerencias y recomendaciones a tomar en cuenta para la próxima Carrera Familiar 3K.
- 6.6.5 Reporte de resultados estadísticos (niños, jóvenes, adultos, personas con discapacidad. N° de II.EE que participaron)
- 6.6.6 Remitir el reporte fotográfico al siguiente correo electrónico comunica1defid@minedu.gob.pe
- 6.6.7 Informe final, se sugiere el formato mostrado como anexo 3, pudiendo modificarlo o utilizar el que la institución estime conveniente.
- 6.6.8 Remitir copia del informe a la DEFID.



PERÚ

Ministerio de Educación

Viceministerio de Gestión Pedagógica

Dirección General de Educación Básica Regular

Dirección de Educación Física y Deporte

Mejores peruanos Siempre

“Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad”
“Decenio de la Igualdad de oportunidades para Mujeres y Hombres”

ANEXO 1

INSCRIPCIÓN DEL PARTICIPANTE – CARRERA FAMILIAR 3K “Por una Vida Activa y Saludable”

Región:		UGEL:	
Institución Educativa:		Público () Privado ()	
Nombres y apellidos:		Sexo:	Estudiante ()
		F ()	Docente ()
		M ()	Adulto ()
Presentas alguna discapacidad: SI () No () especificar: _____			



PERÚ

Ministerio de Educación

Viceministerio de Gestión Pedagógica

Dirección General de Educación Básica Regular

Dirección de Educación Física y Deporte

Mejores peruanos Siempre

“Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad”
“Decenio de la Igualdad de oportunidades para Mujeres y Hombres”

ANEXO 2

HORARIO DE CARRERA FAMILIAR 3K “Por una Vida Activa y Saludable”

HORARIO	ACTIVIDAD
Antes de las 08:30 (o un día antes)	Instalación de estructuras, ambientación para la carrera.
08:30 – 09:00	Bienvenida e inscripción de participantes finales.
09:00 – 09:30	Se invita a los participantes a concentrar y calentar previo al inicio de la carrera.
09:30	Inicio de la Carrera Familiar 3K.
09:30 – 10:30	Verificación de la ejecución de la carrera.
10:30 – 11:00	Llegada de los participantes a la meta.
11:00 en adelante	Desinstalación de estructuras utilizadas y limpieza.



ANEXO 3

INFORME DE LA CARRERA FAMILIAR 3K “Por una Vida Activa y Saludable”

I.- DATOS GENERALES:

DRE/GRE	:	
UGEL	:	
Asunto	:	Informe de la Carrera Familiar 3K
Coordinador Regional	:	
Fecha de ejecución del evento	:	
Total de participantes	:	

II.- DATOS DE LA ORGANIZACIÓN:

- 2.1 Objetivos generales y específicos
- 2.2 Conformación del comité organizador y los equipos de trabajo
- 2.3 Meta programada y meta lograda
- 2.3 Cronograma de trabajo establecido
- 2.4 Detalle de las instituciones y voluntariado que participaron de la organización o apoyaron el evento:

III.- RESULTADOS LOGRADOS:

- 3.1 Detalla los principales, logros, dificultades y sugerencias
- 3.2 Reporte de participación
 - N° de II.EE. públicas participantes
 - N° de II.EE particulares participantes
 - N° Total de adultos participantes: ___Mujeres, ___Hombres
 - N° de Docentes y personal de las II.EE: ___Mujeres, ___Hombres
 - N° Padres de familia: ___Mujeres, ___Hombres
 - Otros participantes: ___Mujeres, ___Hombres
 - N° de personas con discapacidad (padres, personal de la IE, etc.): ___Mujeres, ___Hombres
 - N° total de estudiantes participantes: _____Niñas, _____Niños
 - N° de estudiantes con discapacidad:

IV.- ANEXOS

- Adjuntar croquis de recorrido
- Registro fotográfico