



SOCIEDAD ARGENTINA DE PEDIATRIA
Dirección de Congresos y Eventos
Comité Nacional de Medicina del Deporte Infanto Juvenil



5ª Jornadas Nacionales de Actividad Física y Deportiva del Niño y el Adolescente

Alfabetización Física

Dra. Patricia L. Jáuregui Leyes

Médica Pediatra

Especialista en Medicina del Deporte

Prosecretaria Comité Nacional de Medicina Deporte Infanto Juvenil

Sociedad Argentina de Pediatría

Actividad Física

Es todo movimiento corporal como consecuencia de la contracción muscular voluntaria que implica un gasto energético (actividades cotidianas)



Alfabetización Física

Concepto inclusivo de componentes interrelacionados con los dominios cognitivos, psicomotrices y afectivos para beneficiar el desarrollo integral de la persona (Edwards, et al., 2017) y crear los cimientos para la participación en actividad física durante todas las etapas vitales (Aspen Institute, 2015).

HOSTED BY



ELSEVIER

Available online at www.sciencedirect.com

ScienceDirect

Journal of Sport and Health Science xx (2015) 1–6



www.jshs.org.cn

Review

Physical literacy in the field of physical education – A challenge
and a possibility

Q2

Suzanne Lundvall

Q1

The Swedish School of Sport and Health Sciences, GIH, Box 5626, 114 86 Stockholm, Sweden

Received 25 November 2014; revised 18 February 2015; accepted 18 February 2015

Available online ■ ■ ■

Abstract

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/281750759>

A Conceptual Model of Observed Physical Literacy

Article · September 2015

DOI: 10.18666/TPE-2015-V72-I5-6020

CITATIONS

32

READS

3,254

1 author:



Dean A Dudley

Macquarie University

61 PUBLICATIONS 414 CITATIONS

SEE PROFILE

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Modelo Conceptual de la Alfabetización Motora

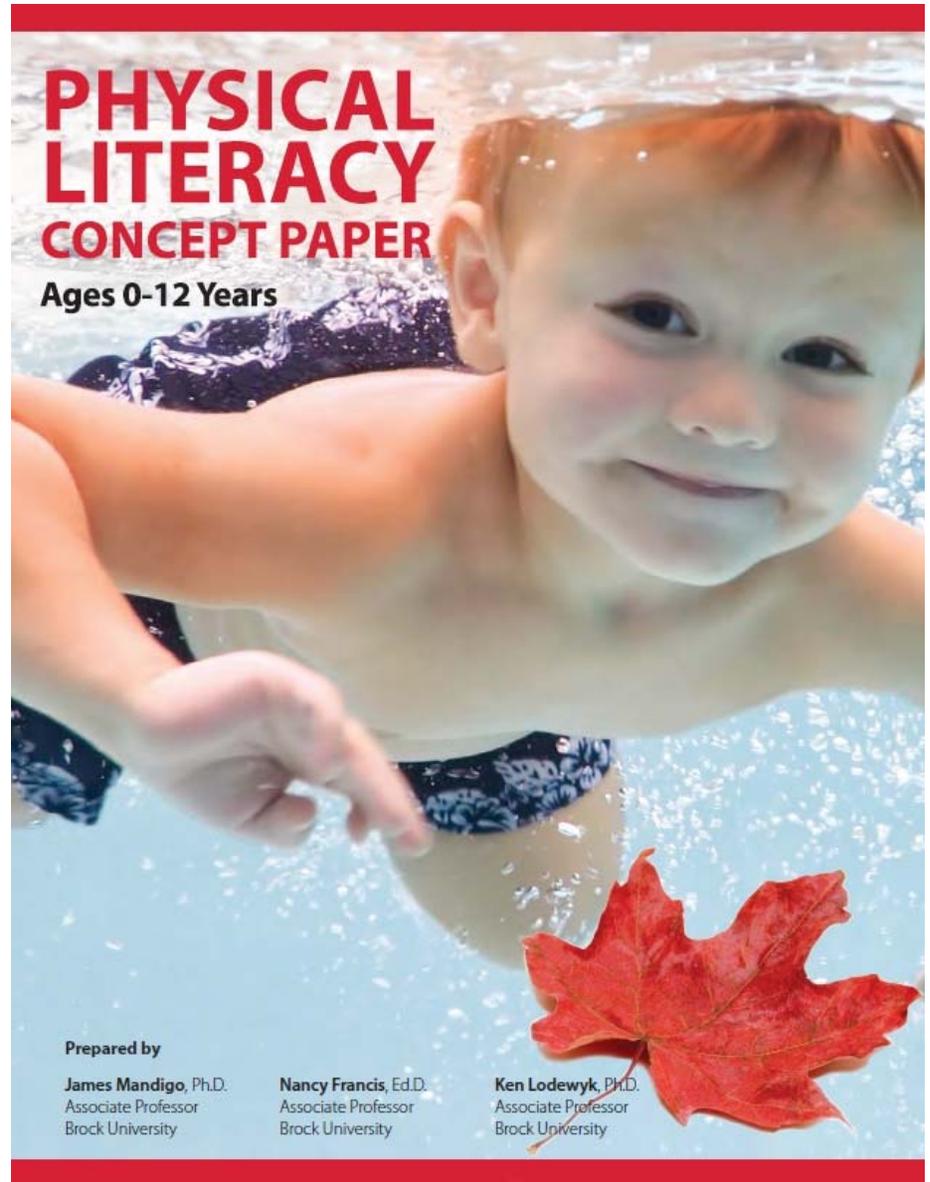
Physical Literacy: A Global Environmental Scan



THE ASPEN INSTITUTE
PROJECT PLAY

PHYSICAL LITERACY CONCEPT PAPER

Ages 0-12 Years



Prepared by

James Mandigo, Ph.D.
Associate Professor
Brock University

Nancy Francis, Ed.D.
Associate Professor
Brock University

Ken Lodewyk, Ph.D.
Associate Professor
Brock University

Sports Med (2017) 47:113–126
DOI 10.1007/s40279-016-0560-7



SYSTEMATIC REVIEW

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

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

Published online: 30 June 2016

© The Author(s) 2016. This article is published with open access at Springerlink.com

Componentes de la Alfabetización física





“El bebé necesita mucho espacio; el coche y la silla solo deben cumplir la misión de transportar y la cuna debe servir solo para dormir, cuanto mayor sea el espacio que le concedas mientras este despierto, más se moverá y tendrá probabilidades de desplegar su potencial”.



***Guía autoinstructiva de 0-4 años,
Instituto Peruano del Deporte.***

ALFABETIZACION FISICA



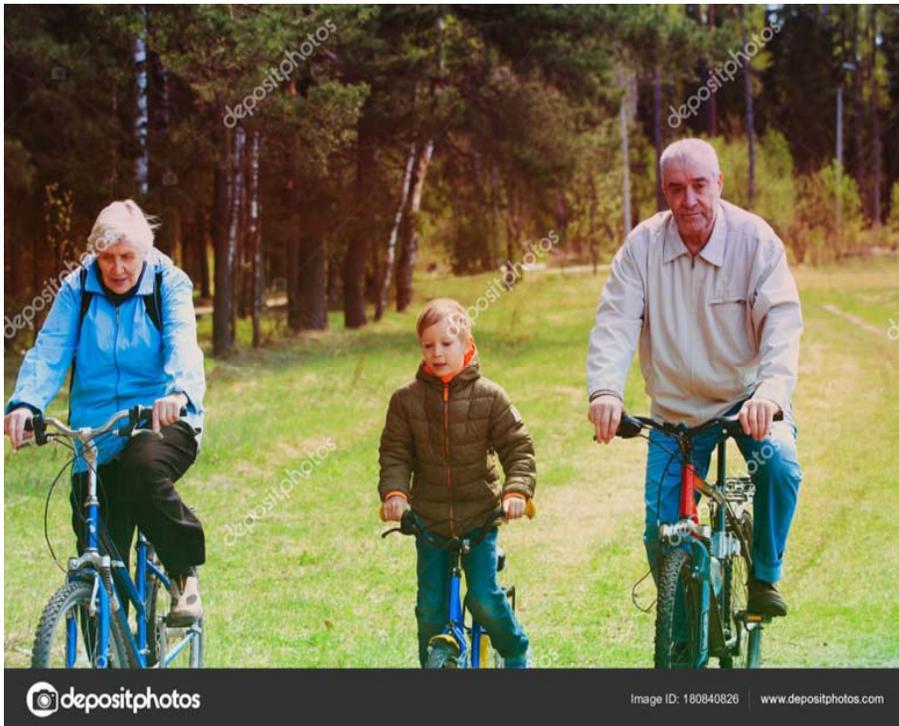
“Es de suma importancia tener claro que un niño o una niña activa tiene muchas más probabilidades de ser activo en la edad adulta que aquellos que no lo son a edades tempranas”.

Actividad Física y Salud de 3 a 6 años

Guía para Docentes de Educación Infantil UNICEF, S/F.

GUIDELINES ON
**PHYSICAL ACTIVITY,
SEDENTARY BEHAVIOUR
AND SLEEP** | **FOR CHILDREN**
UNDER 5 YEARS OF AGE





“La actividad física dependerá de la etapa de la vida en la que está la persona, en sus inicios es el juego, en la juventud es el deporte y en la adultez se combinan estas experiencias en diversas formas de expresión y de desarrollo físico y mental”.

Actividad física y recreación

M.Sc. Mauren Meneses Montero,

Ma. de los Ángeles Monge Alvarado.

Niños Físicamente Activos

❖ Fuerte Evidencia:

- ❖ Mejora la resistencia cardiorrespiratoria y fitness muscular
- ❖ Mejora salud ósea
- ❖ Mejora marcadores cardiovasculares y metabólicos

Evidencia moderada:

Reduce síntomas de ansiedad y depresión



¿Todos los niños pueden hacer Actividad Física ?



¿Como promover la Actividad Fisica ?

Propuestas de la American Heart Association, 1997.

- Incorporar el tema en la consulta pediátrica
- Promover la participación universal
- Favorecer el acceso del niño a programas de Actividad Fisica

Propuestas para trabajar en las escuelas

Aumentar los estímulos semanales de actividad física.

Estimular a los niños con actividades como: coreografías, danzas, trepar, anillas, paralelas, entregar posta, salto con soga, etc.

Crear el “pool de padres caminantes”, que se turnen para llevar caminando a sus niños a la escuela.

Ayudar a los escolares a resistir la presión de sus pares para fumar o usar drogas.

Crear el hábito nutricional de limitar el consumo de alimentos ultraprocesados altos en grasas y en sodio

Somos agentes de promoción de la actividad física

Ayudemos a nuestros niños y adolescentes a disfrutar su vida





Por un niño sano
en un mundo mejor

Muchas Gracias

Dra. Patricia L. Jáuregui Leyes

Prosecretaria

Comité Nacional de Medicina Deporte Infanto Juvenil

Sociedad Argentina de Pediatría

