



Orientaciones Ley 21.778 y su vinculación con los instrumentos de gestión, Bases curriculares y Estándares de calidad

ESTIMULA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN LOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS

Estimular, reconocer y garantizar el acceso a juegos activos, actividad física, cerebral y el deporte en todos los niveles, modalidades y contextos del sistema educativo.



MINISTERIO DE EDUCACIÓN



I. Presentación

El Ministerio de Educación pone a disposición de las comunidades educativas las presentes Orientaciones para la implementación de la Ley N° 21.778, que promueve la realización de, al menos, 60 minutos diarios de actividad física durante la jornada educativa, como una estrategia para fortalecer la educación integral, el bienestar y los aprendizajes de niñas, niños y adolescentes.

Estas orientaciones establecen criterios para **articular la implementación de la Ley N° 21.778 con los instrumentos de gestión institucional**, entre ellos el Proyecto Educativo Institucional (PEI), el Plan de Mejoramiento Educativo (PME), el Plan de Gestión de la Convivencia Educativa, el Plan de Formación Ciudadana y el Plan Integral de Seguridad Escolar (PISE), además de su vinculación con las Bases Curriculares, el Marco para la Buena Enseñanza, el Marco para la Buena Dirección y el Liderazgo Escolar y los Estándares Indicativos de Desempeño, favoreciendo una implementación coherente con el Sistema de Aseguramiento de la Calidad.

La implementación de la ley será progresiva. Durante los años 2026 y 2027, el Ministerio de Educación dispondrá de cartillas orientadoras por nivel y modalidad educativa. Su aplicación comenzará en el año 2027 en Educación Parvularia y de 1° a 4° año de Educación Básica, incorporándose desde 5° básico a IV medio a partir de 2028, conforme a lo establecido por la ley y considerando la gradualidad prevista para los Servicios Locales de Educación Pública.

Estas orientaciones buscan apoyar a las comunidades educativas para **que la implementación de la Ley N° 21.778 se transforme en una oportunidad para fortalecer una cultura escolar activa, inclusiva y saludable**, integrando el movimiento como un componente esencial de la educación y del desarrollo integral de todas y todos los estudiantes.



1. NORMATIVA VIGENTE / INSTRUMENTOS DE GESTIÓN / ESTÁNDARES DE CALIDAD / BASES CURRICULARES

1.1 Vinculación de la normativa educativa con la Ley N° 21.778

La siguiente tabla presenta instrumentos normativos, de gestión y orientación pedagógica que pueden contribuir a la implementación de la Ley N° 21.778. Su inclusión no implica que todos tengan el mismo nivel de exigibilidad, sino que busca mostrar posibles vías de articulación para que los establecimientos y sostenedores planifiquen acciones coherentes con su realidad institucional.

Normativa	Vinculación con la Ley N° 21.778	Aplicación práctica en el establecimiento
LGE (Ley General de Educación)	Establece el derecho a una educación integral que incluye el desarrollo físico y el bienestar.	La incorporación de la actividad física, el deporte o el juego como parte del desarrollo integral de todo el estudiantado.
Ley N° 21.809 de Convivencia, Buen Trato y Bienestar	La actividad física es un medio pedagógico para fortalecer la convivencia, promoviendo respeto, inclusión y trabajo colaborativo en contextos activos.	- Diseño de juegos cooperativos en recreos. - Incorporación de normas de buen trato en actividades físicas. - Uso de pausas activas para regular clima de aula. - Integración en el Plan de Gestión de Convivencia Escolar.
Ley N° 21.801 Uso de celulares en establecimientos educacionales	Regula el uso de dispositivos que incrementan el sedentarismo y afectan la participación activa, favoreciendo el cumplimiento de los 60 minutos de actividad física.	- Establecer recreos sin celulares. - Definir uso restringido durante actividades físicas. - Promover alternativas activas al uso de pantallas. - Incorporar normas en el Reglamento Interno.
Decreto N° 215 (Reglamento Interno – normas de uso de uniforme)	Establece que las normas de uso de uniforme deben estar claramente definidas en el Reglamento Interno, lo que permite incorporar criterios de flexibilidad y pertinencia para facilitar la actividad física durante la jornada escolar.	- Incorporar en el Reglamento Interno la flexibilidad en el uso del uniforme para permitir el movimiento (ej.: uso de buzo o ropa deportiva) - Definir días o momentos en que se priorice vestimenta adecuada para actividad física o juego, por ejemplo, buzo.
JECD (Jornada Escolar Completa Diurna)	Amplía el tiempo escolar disponible para realizar actividades físicas, deportivas, juegos y prácticas corporales activas	Distribuir tiempos de horas de libre disposición para actividades físicas en distintos momentos de la jornada.



1.2 Vinculación de los instrumentos de gestión con la Ley N° 21.778

Esta tabla ofrece alternativas para articular las acciones que podrían realizarse para dar cumplimiento a la Ley, considerando cómo se pueden incorporar de manera estratégica en los diferentes instrumentos de gestión y así hacerlas parte de la cultura escolar de cada comunidad educativa.

Instrumento de Gestión	Vinculación con la Ley N° 21.778	Aplicación práctica en el establecimiento
PEI (Proyecto Educativo Institucional)	Define el sello del establecimiento, el énfasis que promoverá en la formación de los estudiantes.	Incorporar la vida activa, el bienestar y/o la salud como ejes del proyecto educativo (PEI), orientando todas las acciones pedagógicas y de gestión para el desarrollo integral de los estudiantes.
PME (Plan de Mejoramiento Educativo)	Instrumento de planificación estratégica para la mejora escolar.	Integrar metas, acciones e indicadores asociados a la actividad física diaria para todos los estudiantes y párvulos.
PGCE (Plan de Gestión de la Convivencia Escolar)	Promueve el bienestar y la convivencia positiva.	Incorporar recreos activos, juegos y actividades físicas accesibles para todos como estrategias de convivencia.
Plan de Formación Ciudadana	La ley promueve la participación de estudiantes en el diseño y evaluación de actividades físicas y deportivas.	Espacio para que los estudiantes propongan actividades deportivas vinculadas a la Ley. Difusión del bienestar, desarrollo y aprendizaje integral entre Centro de Estudiantes y Consejo Escolar.
Plan Local de Formación para el Desarrollo Profesional	Fortalece capacidades pedagógicas del profesorado.	Capacitar en uso pedagógico del movimiento y bienestar físico.
PEL (Plan Educativo Local) SLEP	Articula políticas educativas en el territorio.	Promover entornos activos y colaboración intersectorial.
PAL (Plan de Acción Local) SLEP	Define acciones específicas a nivel territorial o institucional.	Implementar iniciativas concretas y accesibles de actividad física en escuelas.



1.4 Vinculación de las Bases Curriculares con la Ley N° 21.778

En la presente tabla se muestran alternativas para incorporar los mandatos de la Ley al desarrollo del currículum, lo que favorece un abordaje pedagógico de la norma y, por consiguiente, de su apropiación e incorporación al quehacer cotidiano del establecimiento.

Instrumento	Vinculación con la Ley N° 21.778	Aplicación práctica en el establecimiento educacional
Bases Curriculares de Educación Parvularia (BCEP)	Reconocen el juego como estrategia pedagógica clave, y la corporalidad y el movimiento como un núcleo de aprendizaje transversal, fomentando la actividad física de manera transversal durante toda la jornada.	-Relevar los Objetivos de Aprendizaje del Núcleo Corporalidad y Movimiento. -Incorporar el juego activo como estrategia transversal de enseñanza y aprendizaje. - Diseñar circuitos y experiencias de movimiento para distintos momentos de la jornada, incluyendo recreos. - Implementar pausas activas lúdicas. - Favorecer actividades al aire libre. - Implementar transiciones activas.
Base Curriculares de Educación Básica (1° a 6° Básico)	Los Objetivos de Aprendizaje Transversales (OAT) establecen metas de aprendizaje a lograr durante la totalidad de la experiencia escolar. - Promover el bienestar integral y el desarrollo físico a través del autocuidado consciente y la práctica habitual de ejercicio adaptado a las capacidades personales.	-Autocuidado posactividad: Establecer rutinas obligatorias de higiene e hidratación tras actividades de alta intensidad. -Uso seguro de espacios: Promover la prevención de riesgos en el uso responsable de patios y espacios de juego. -Activación en el aula: Implementar aulas y pausas activas en clases teóricas.
	Objetivos de Aprendizaje de Educación Física y Salud; Orientación; y Ciencias Naturales	-Enfoque curricular en Educación Física y Salud. -Aprendizajes para la vida activa: Promover la comprensión de la importancia de un estilo de vida activo y saludable. -Autocuidado y hábitos de higiene. -Transferencia de aprendizajes al recreo: Favorecer experiencias motrices aplicables en los recreos y otros momentos de la jornada escolar. -Salidas pedagógicas activas.



Instrumento	Vinculación con la Ley N° 21.778	Aplicación práctica en el establecimiento educacional
Bases Curriculares de Educación Media (7° Básico a 2° Medio)	Los Objetivos de Aprendizajes Transversales (OAT) establecen metas de aprendizaje a lograr durante la totalidad de la experiencia escolar. - Promover un desarrollo integral y el autocuidado mediante la valoración del cuerpo, consolidando hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física adaptada a los intereses personales.	-Electivos deportivos pertinentes: Diversificar la oferta de electivos deportivos según intereses y necesidades del estudiantado, según las realidades de cada establecimiento. -Educación para el autocuidado y la prevención: Desarrollar proyectos o ferias estudiantiles sobre autocuidado, ergonomía y prevención de lesiones. -Pausas activas con protagonismo estudiantil: Fomentar pausas activas lideradas por estudiantes durante la jornada escolar. -Uso autónomo e inclusivo de los espacios escolares: Promover el uso responsable de los espacios, eliminando barreras para la participación equitativa.
	Objetivos de Aprendizaje de Educación Física y Salud; Orientación; y Ciencias Naturales	-Enfoque curricular en Educación Física y Salud. -Aprendizajes para la vida activa: Estimular el liderazgo en el desarrollo de actividades en la comunidad educativa - Promover la comprensión de la importancia de un estilo de vida activo y saludable. -Transferencia de aprendizajes al recreo. -Salidas pedagógicas activas.



Instrumento	Vinculación con la Ley N° 21.778	Aplicación práctica en el establecimiento educacional
Bases Curriculares (3° a 4° medio)	Objetivos de Aprendizaje de Educación Física y Salud Establecen objetivos de aprendizaje vinculados a habilidades motrices, vida activa y salud, constituyendo el eje central para el desarrollo de la actividad física escolar.	-Enfoque curricular en Educación Física y Salud. -Aprendizajes para la vida activa: Estimular el liderazgo en el desarrollo de actividades en la comunidad educativa. -Transferencia de aprendizajes al recreo.
	Objetivos de Aprendizaje de Ciencias para la Ciudadanía Establece un objetivo de aprendizaje donde se aborda el impacto de distintos factores en la salud humana, incluyendo la actividad física.	-Aprendizajes para la vida activa: Promover la comprensión de la importancia de un estilo de vida activo y saludable.
	Objetivos de Aprendizaje del Electivo de Ciencias de la Salud Establecen objetivos de aprendizaje donde se despliega la relación entre la salud y el estilo de vida, y las problemáticas en materia de salud pública, dando espacio a la promoción del cuidado de la salud desde distintas perspectivas.	-Aprendizajes para la vida activa: Promover la comprensión de la importancia de un estilo de vida activo y saludable.



Instrumento	Vinculación con la Ley N° 21.778	Aplicación práctica en el establecimiento educacional
	Objetivos de Aprendizaje del Electivo de Promoción de Estilos de Vida Activos y Saludables Establecen objetivos de aprendizaje vinculados a habilidades motrices, vida activa y salud, constituyendo el eje central para el desarrollo de la actividad física escolar.	-Enfoque curricular en Educación Física y Salud. -Aprendizajes para la vida activa: Estimular el liderazgo en el desarrollo de actividades en la comunidad educativa. -Transferencia de aprendizajes al recreo y otras instancias (día del estudiante, torneos deportivos intraescuela, entre otros).
Bases Curriculares de Educación Técnico-Profesional	Objetivos de Aprendizaje Transversales: Promueven el desarrollo integral de las y los estudiantes, incorporando habilidades para la vida saludable, el trabajo colaborativo y el bienestar físico y socioemocional. Formación Diferenciada: Facilita la incorporación de prácticas de bienestar y ergonomía vinculadas al área técnica.	-Integración de pausas activas y actividades de movimiento en módulos técnicos y espacios formativos. -Actividades de movilidad, pausas saludables, ergonomía vinculadas al área técnica y prevención de riesgos asociados a especialidades TP.
Bases Curriculares para la Educación de Personas Jóvenes y Adultas en Educación Media Humanístico-Científica	Objetivos de Aprendizaje de Educación Física y Salud Promueve desarrollar y mejorar la calidad de vida de los estudiantes y sus comunidades, mediante la práctica regular de la actividad motriz, ejercicio y actividades de movimiento en toda su diversidad.	-Pausas activas con foco ergonómico: Implementar breves rutinas de compensación física durante la jornada nocturna/vespertina. -Proyectos de vida activa familiar/comunitaria: Diseñar actividades donde el estudiante adulto involucre a su núcleo familiar o círculo social, validando el rol de la actividad física como un factor de cohesión y bienestar compartido -Transferencia al ámbito laboral: Fomentar el aprendizaje de posturas correctas, técnicas de respiración y ejercicios de fuerza funcional que sean aplicables directamente a las funciones que el estudiante desempeña en su trabajo.



2. IMPLEMENTACIÓN DE LEY N°21.778 EN EL AULA

Su implementación puede ser efectuada mediante la planificación de actividades que involucren movimiento tanto con la finalidad para el aprendizaje, como un espacio de esparcimiento o de pausa que favorezca el bienestar de la jornada escolar.

En relación con las acciones pedagógicas centradas en el aprendizaje, los docentes de todas las asignaturas del Currículum Nacional, como propias de todos los niveles y modalidades educativas, pueden incorporar acciones que impliquen movimiento en sus planificaciones.

Estrategia	Enfoque	Intencionalidad pedagógica	Duración	Nivel de estructuración
Pausas activas	Recreativo-cognitivo	Baja (sin OA explícitos)	Breve	Media
Recreos activos	Recreativo-socioemocional	Baja	Media	Baja
Actividad inicio jornada	Salud y bienestar clima para aprendizaje	Media	Media	Media
Actividades masivas	Formativo-social	Media	Alta (eventos)	Alta
Salidas pedagógicas	Experiencial	Alta	Variable	Alta



Ejemplos

A continuación, se presentan ejemplos de acciones y sus finalidades, de los cuales se podría abordar la implementación de la Ley en el aula.

Categoría de acción	Descripción y propósito	Ejemplos de aplicación
Pausas Activas de Bienestar	Intervenciones breves (3-5 min) para mitigar el sedentarismo y recuperar la atención cognitiva.	Ejercicios de movilidad articular (cuello, hombros, muñecas), estiramientos asistidos y ejercicios de respiración rítmica.
Dinámicas de cohesión motriz	Actividades lúdicas que integran ritmo y movimiento para mejorar el clima de aula.	Dinámicas con canto y percusión corporal, juegos de coordinación grupal que requieren desplazamientos controlados.
Acciones de uso de espacio físico	Proyectos o tareas que vinculan el movimiento con la resolución de problemas de otras áreas.	Circuitos de resolución matemática donde la respuesta requiere una acción física o búsqueda de información en estaciones dentro del aula.



3. RECOMENDACIONES PARA LA GESTIÓN INSTITUCIONAL

En la planificación pedagógica: La incorporación de estrategias como Pausas Activas, Aprendizaje en Movimiento u otras metodologías que promuevan la actividad física durante la jornada educativa debiera ser considerada explícitamente en las planificaciones docentes, en coherencia con los objetivos de aprendizaje y las orientaciones curriculares del establecimiento.

Su incorporación permite que la Unidad Técnico-Pedagógica (UTP), o la instancia equivalente, reconozca estas estrategias como parte de la implementación pedagógica, acompañe su desarrollo y favorezca su articulación con los instrumentos de gestión curricular, el Proyecto Educativo Institucional (PEI) y las prioridades educativas definidas por el establecimiento. De este modo, el movimiento se integra de manera planificada al proceso de enseñanza y aprendizaje, fortaleciendo el desarrollo integral de las y los estudiantes y contribuyendo al cumplimiento de la Ley N°21.778.

Ámbito	Aspectos clave
Propósito de la ley	Promover 60 minutos diarios de actividad física como parte del bienestar, aprendizaje y desarrollo integral.
Enfoque de implementación	Proceso gradual, planificado y contextualizado, con compromiso de toda la comunidad educativa.
Diagnóstico inicial	Evaluación de infraestructura, recursos humanos, organización escolar, prácticas pedagógicas e intereses de la comunidad.
Capacitación docente	Fortalecimiento de competencias para integrar movimiento en el aula mediante estrategias activas e inclusivas.
Estrategias de implementación	Acciones curriculares (movimiento en clases) y recreativas (recreos activos, pausas, juegos) + actividades extracurriculares.
Monitoreo y seguimiento	Integración en PME y Plan de Convivencia; uso de indicadores y ajuste continuo de estrategias.
Comunicación	Información clara, oportuna y accesible a toda la comunidad educativa.
Participación	Espacios de diálogo y enfoque formativo que favorezcan la apropiación de la ley (Ministerio de Educación de Chile, 2017).
Convivencia escolar	Incorporación en el PGCE como estrategia para mejorar clima, bienestar y habilidades socioemocionales.
Resultados esperados	Mayor actividad física, mejor convivencia, desarrollo integral y hábitos de vida saludable.



Referencias bibliográficas

Agencia de Calidad de la Educación. (2019).

Estudio de calidad en escuelas pequeñas.

https://archivos.agenciaeducacion.cl/CDC_ESCUELAS_PEQUENAS_FINALWEB.pdf

Brioa Saez, G., Rico-González, M., & Monge Gómez, N. (2025).

The effect of physical-activity-based programs on school children's cognitive competence-related variables: A systematic review of randomized controlled trials. *Sports*, 13(8), 261.

<https://doi.org/10.3390/sports13080261>

Chaput, J.-P., Willumsen, J., Bull, F., Chou, R., Ekelund, U., Firth, J., Jago, R., Ortega, F. B., & Katzmarzyk, P. T. (2020).

2020 WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour for children and adolescents aged 5–17 years: Summary of the evidence. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17(1), 141.

<https://doi.org/10.1186/s12966-020-01037-z>

Cordero-Tapia, F., Vásquez-Vielma, S., & Castillo-Retamal, F. (2025).

Caracterización de la educación física en el contexto rural: Un caso de la realidad chilena. *Sportis Scientific Journal*, 11(1), 1–20.

<https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.1.11137>

Cristi-Montero, C., Johansen-Berg, H., & Salvan, P. (2024).

Multimodal neuroimaging correlates of physical-cognitive covariation in Chilean adolescents: The Cogni-Action Project. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 66, 101345.

<https://doi.org/10.1016/j.dcn.2024.101345>

Elige Vivir Sano. (2020).

Vida saludable en casa: Actividad física.

<https://eligevivirsano.gob.cl/vida-saludable-en-casa-actividad-fisica/>

Ministerio de Educación de Chile. (2009).

Ley N.º 20.370: Ley General de Educación.

Ministerio de Educación de Chile. (s.f.).

Activamente.

<https://convivenciaparaciudadania.mineduc.cl/activamente/>

Ministerio de Educación de Chile. (s.f.).

<https://convivenciaparaciudadania.mineduc.cl/wp-content/uploads/2026/01/Cartilla-Salud-2-web-1.pdf>



Ministerio de Educación de Chile. (s.f.).

Marco para la buena dirección y el liderazgo escolar.

<https://liderazgoescolar.mineduc.cl/>

Ministerio de Educación de Chile. (s.f.).

Marco para la buena enseñanza.

<https://www.cpeip.cl/marco-buena-ensenanza/>

Ministerio de Educación de Chile. (s.f.).

Estándares indicativos de desempeño para establecimientos educacionales.

<http://www.curriculumnacional.cl/>

Ministerio de Educación de Chile. (2025).

Orientaciones para la implementación de la actividad física en la educación especial.

<https://convivenciaparaciudadania.mineduc.cl/wp-content/uploads/2025/04/Orientaciones-Actividad-Fisica-en-Educacion-Especial.pdf>

Ministerio de Educación de Chile. (s.f.).

Las artes y la actividad física en la promoción del bienestar integral: Herramientas y recomendaciones para equipos educativos.

https://www.curriculumnacional.cl/614/articles-342745_recurso_pdf.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2020).

Guidelines on physical activity and sedentary behaviour.

Rodríguez-Rodríguez, F., Gálvez-Fernández, P., Huertas-Delgado, F. J., Aranda-Balboa, M. J., Saucedo-Araujo, R. G., & Herrador-Colmenero, M. (2021).

Los factores sociodemográficos de los padres, la actividad física y el transporte activo son predictores de la movilidad independiente de la escuela.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34090437/>

Sember, V., Jurak, G., Kovač, M., Morrison, S. A., & Starc, G. (2020).

Children's physical activity, academic performance, and cognitive functioning: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 8, 307.

<https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.00307>

UNICEF Chile. (s.f.).

Guía de juegos para niñas y niños de niveles de transición y primer ciclo básico.

<https://www.unicef.org/chile/>

