



Ciudad de México, 30 de septiembre de 2025

DIP. JESÚS SESMA SUÁREZ
PRESIDENTE DE LA MESA DIRECTIVA
CONGRESO DE LA CIUDAD DE MÉXICO
III LEGISLATURA

P R E S E N T E

El que suscribe diputado **FEDERICO CHÁVEZ SEMERENA**, integrante del Grupo Parlamentario del Partido Acción Nacional, III Legislatura del Congreso de la Ciudad de México, con fundamento en lo dispuesto por el artículo 122, Apartado A, Fracción II de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; 29, apartado A, numeral 1 y apartado D incisos a) y b) de la Constitución Política de la Ciudad de México; 1, 12 fracción II y 13 de la Ley Orgánica del Congreso de la Ciudad de México, así como el 1, 2 fracción XXI y 5 fracción I del Reglamento del Congreso de la Ciudad de México; someto a la consideración de este H. Congreso, la presente **INICIATIVA CON PROYECTO DECRETO POR EL QUE SE ADICIONA UNA FRACCIÓN IX AL ARTÍCULO 60 DE LA LEY DE EDUCACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO EN MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE** al tenor de la siguiente:

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

A efecto dar debido cumplimiento a lo expuesto en el artículo 96 del Reglamento del Congreso de la Ciudad de México, se exponen puntualmente los siguientes elementos:

I. ENCABEZADO O TÍTULO DE LA PROPUESTA;



INICIATIVA CON PROYECTO DECRETO POR EL QUE SE ADICIONA UNA FRACCIÓN IX AL ARTÍCULO 60 DE LA LEY DE EDUCACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO EN MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA QUE LA INICIATIVA PRETENDE RESOLVER;

El deporte en las escuelas tiene un papel fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, ya que no solo promueve la salud física, sino también fomenta habilidades sociales, valores y capacidades que son esenciales para su crecimiento personal y social, así como para su sano desarrollo en sociedad. El deporte formativo es una herramienta fundamental para la educación de los jóvenes, ya que adicionalmente de permitirles desarrollar una amplia gama de habilidades y valores la práctica deportiva previene conductas negativas como el consumo de drogas, la violencia y otras conductas antisociales¹. No sólo eso, el deporte también tiene un impacto positivo en la mejora de la autoestima y la confianza de los jóvenes, aspectos cruciales en su proceso de identificación y socialización².

Pero tal vez uno de los beneficios más importantes y visibles de la práctica deportiva y el ejercicio en jóvenes es el que tiene que ver con su salud, ya que el deporte ayuda a prevenir enfermedades relacionadas con el sedentarismo, como la obesidad, la hipertensión y problemas cardiovasculares, promoviendo un estilo de vida activo desde temprana edad³. Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la actividad física y el deporte en niños y adolescentes mejora la forma física, la salud

¹ Vid: <https://gaceta.cch.unam.mx/es/el-deporte-formativo-mas-alla-de-competir>, consultada el 23 de septiembre de 2025.

²

Vid:

https://www.researchgate.net/publication/350288507_AUTOESTIMA_Y_PRACTICA_DEPORTIVA_EN_ADOLESCENTES, consultada el 23 de septiembre de 2025.

³ Vid: <https://who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>, consultada el 23 de septiembre de 2025.



cardiometabólica, el sano desarrollo de huesos, la capacidad cognitiva, la salud mental y reduce considerablemente la grasa corporal siendo ésta una de las principales características en un país como el nuestro en donde enfermedades degenerativas como la diabetes, la hipertensión y el sobrepeso⁴ han ido ganando territorio en nuestros niños y adolescentes. Por lo anterior es importante considerar que la incorporación de actividades físicas y deportes es fundamental para las escuelas ya que puede significar un eje muy importante para reducir el estrés y la ansiedad, promoviendo bienestar emocional en los alumnos⁵. Si bien es cierto, actualmente los programas educativos en México y en nuestra ciudad ya incluyen a la educación física dentro de las asignaciones que se imparten en las escuelas, lo cierto es que estas actividades regularmente se contemplan meramente como complementos o actividades de relleno en el mejor de los casos, hay incluso escuelas en donde esta práctica deportiva es considerada como un recreo, minimizando así la importancia que tiene y el impacto positivo que genera en los niños y jóvenes la práctica deportiva.

Con base en lo anterior, la falta de seriedad y dedicación de horas a la educación física en las escuelas públicas de la Ciudad de México representa un problema que afecta el desarrollo integral de los estudiantes y su bienestar general. Según el diagnóstico realizado por el Bachillerato Tecnológico de Educación y Promoción Deportiva (BTED) del Gobierno de México, muchas escuelas no cumplen con el mínimo de horas recomendadas para esta materia, lo cual puede tener repercusiones negativas en la salud física y mental de los alumnos y adicionalmente señalan que se buscará que los programas educativos tengan como mínimo 3 horas

⁴ Ibid.

⁵ Vid: [https://pmc.ncbi.nlm.nih-](https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10819297/?x_tr_sl=en&x_tr_tl=es&x_tr_li=es&x_tr_pto=tc)

https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10819297/?x_tr_sl=en&x_tr_tl=es&x_tr_li=es&x_tr_pto=tc consultada el 23 de septiembre de 2025



Por todo lo anterior, se vuelve importante considerar una modificación al marco regulatorio que nos permita garantizar un mínimo de horas de educación física y deporte, en este caso, al menos 3 horas semanales, tal como lo recomienda la Organización Mundial de la Salud y diversos estudios. Actualmente la ausencia de una política clara y ambiciosa en materia de educación física limita las posibilidades de que los estudiantes puedan beneficiarse plenamente de los componentes positivos que ofrecen este tipo de actividades.

III. PROBLEMÁTICA DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO;

En la presente iniciativa, no se configura formalmente una problemática desde la perspectiva de género.

IV. ARGUMENTOS QUE LA SUSTENTAN;

La presente propuesta busca la implementación de un mínimo de 3 horas semanales de educación física y deporte en las escuelas públicas de la Ciudad de México, lo cual responde y conlleva múltiples beneficios que impactan de manera positiva en la salud, el desarrollo psicológico, y el rendimiento académico de los estudiantes.

En primera instancia, la salud física de los niños y adolescentes se ve significativamente beneficiada por la práctica regular de actividad física como se mencionó en el apartado anterior. Estudios recientes demuestran que la actividad física ayuda a prevenir y controlar enfermedades crónicas en la edad adulta, además de promover un adecuado desarrollo muscular y óseo en la infancia¹¹. La Organización Mundial de la Salud señala que la inactividad física es una de las

¹¹ Vid: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>, consultada el 23 de septiembre de 2025.



principales causas de mortalidad a nivel mundial ya que propicia el desarrollo de enfermedades crónico-degenerativas derivadas del sedentarismo, y que la adopción de al menos 60 minutos diarios de actividad moderada a vigorosa en menores, puede reducir significativamente estos riesgos¹². La escuela, principal formador del desarrollo infantil, tiene un papel clave para garantizar que estas horas sean de calidad y fomenten los valores y la disciplina necesaria para que los niños y jóvenes sigan con la práctica deportiva.

En una segunda instancia, la educación física contribuye al desarrollo de habilidades sociales como la autoestima y el bienestar psicológico. La participación en deportes y actividades físicas en el contexto escolar fomenta valores como la cooperación, la disciplina y el trabajo en equipo¹³. Además, se ha comprobado que los alumnos que dedican tiempo a la actividad física muestran menores niveles de ansiedad y depresión¹⁴. En un contexto urbano como el de la Ciudad de México, donde la inseguridad y la falta de espacios públicos de calidad, muchas veces limitan la actividad física libre, la escuela se vuelve aún más importante como espacio de promoción de estilos de vida activos¹⁵.

Por otro lado, el rendimiento académico también está estrechamente relacionado con la práctica de actividad física. Investigaciones recientes afirman que el ejercicio regular aumenta la concentración, la memoria y la capacidad de aprendizaje en los

¹² Vid: <https://www.paho.org/es/noticias/9-5-2012-recomendaciones-mundiales-sobre-actividad-fisica-para-salud>, consultada el 23 de septiembre de 2025.

¹³ Vid: <https://ocastro.britishinternationalschool.com/noticias-ocastro/~board/o-castro-es/post/fomentando-valores-deporte-competencia#:~:text=Trabajo%20en%20equipo%20y%20colaboración,para%20alcanzar%20el%20éxito%20c>olectivo., consultada el 23 de septiembre de 2025

¹⁴ Vid: <https://www.alisbh.com/blog/role-of-physical-activity-in-adolescent-mental-health/#:~:text=Promoción%20de%20la%20actividad%20física,bienestar%20mental%20de%20los%20jóvenes>, Consultada el 23 de septiembre de 2025.

¹⁵ Vid: <https://repositorio.unirio.br/bitstream/handle/2012/243296.pdf>, consultada el 23 de septiembre de 2025.



estudiantes¹⁶. Es por todo lo anteriormente citado que la presente propuesta toma mucha relevancia en un contexto actual en que nuestras sociedades requieren del dinamismo y la práctica constante de la actividad física como mecanismo preventivo de enfermedades crónico degenerativas y al mismo tiempo impacta de manera positiva en la salud mental de las nuevas generaciones. Es importante mencionar que esta medida podría ayudar no sólo a prospectar una nueva generación de niños y jóvenes más sanos a nivel físico y emocional sino que también impactaría de forma positiva en aquellos que buscan y ven al deporte como una disciplina a futuro.

En México, se asigna solo una hora a la semana de educación física por nivel primaria y dos horas para secundaria, lo cual, va en contra de las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que aboga por un promedio de una hora diaria de actividad física para niños, niñas y adolescentes. Este déficit en el tiempo dedicado a la actividad física puede tener consecuencias significativas en diversos aspectos de la salud, incluyendo el estado físico, la salud cardiovascular, la salud ósea, los resultados cognitivos, la salud mental y la reducción de la obesidad. La Alianza Global Active Healthy Kids (AHKGA) llevó a cabo una evaluación comparativa de la actividad física de niños y adolescentes en 57 países. Los resultados revelaron calificaciones generales deficientes a nivel mundial, destacando la preocupante falta de actividad física en estas poblaciones. A pesar de este panorama desafiante, se identifican algunos países que destacan, como: Dinamarca, Finlandia, Eslovenia y Japón, sirviendo como ejemplos a seguir para abordar y mejorar la actividad física en el ámbito global.

La psicología positiva, que es la ciencia de la felicidad, ha logrado demostrar que el ejercicio genera endorfinas, elevando así los niveles de bienestar en el ser humano.

¹⁶ Vid: <https://analisis.mx/think/influencia-deporte-en-el-rendimiento-academico>, consultada el 23 de noviembre de 2025.



Cuando se fomenta la actividad física en una escuela, los niveles de concentración y rendimiento escolar tienden a incrementarse. La obesidad infantil está en aumento constante, según cifras de UNICEF, la proporción de niños y niñas mayores de cinco años con sobrepeso y obesidad en México es de uno de cada tres, lo que implica una amenaza para la salud de las futuras generaciones. La educación física no solo combate este problema al fomentar el ejercicio regular, sino que también establece hábitos saludables que perduren a lo largo de la vida.

Si no se toman medidas para aumentar los niveles de actividad física, los costos continuarán incrementándose. Además, promover el deporte ayuda considerablemente en la reducción delictiva de las comunidades, ya que los índices de violencia disminuyen notablemente¹⁷.

Es por ello que establecer un mínimo de 3 horas semanales de ejercicio y educación física en las escuelas nos permitiría en la Ciudad de México sembrar una semilla de esperanza en las nuevas generaciones que encontraran en el ejercicio una herramienta para estar bien consigo mismo y apostar un desarrollo físico y emocional más integral.

V. FUNDAMENTO LEGAL Y EN SU CASO SOBRE SU CONSTITUCIONALIDAD Y CONVENCIONALIDAD;

¹⁷ Vid: <https://www.leconomista.com.mx/opinion/La-crucial-importancia-de-la-educacion-fisica-en-Mexico-2025-09-06>, consultada el 26 de septiembre de 2025.



PRIMERO. Que de acuerdo con lo establecido en el artículo 71 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos las legislaturas de los Estados y de la Ciudad de México están facultadas para iniciar leyes y decretos:

“Artículo 71. El derecho de iniciar leyes o decretos compete:

I. Al Presidente de la República;

II. A los Diputados y Senadores al Congreso de la Unión;

III. A las Legislaturas de los Estados y de la Ciudad de México; y

IV. A los ciudadanos en un número equivalente, por lo menos, al cero punto trece por ciento de la lista nominal de electores, en los términos que señalen las leyes.

...”

SEGUNDO. Que la Constitución Política de la Ciudad de México establece en su artículo 8, apartado B, Numeral 5 que:

Artículo 8 ***Ciudad educadora y del conocimiento***

A. Derecho a la educación

(...)

B. Sistema educativo local

(...)

El sistema educativo local se adaptará a las necesidades de la comunidad escolar y responderá a su diversidad social y cultural. Asimismo, fomentará la innovación, la preservación, la educación ambiental y el respeto a los derechos humanos, la cultura, la formación cívica, ética, la educación y creación artísticas, la educación tecnológica, la educación física y el deporte. Las autoridades de la Ciudad de México contarán con un sistema de escuelas de nivel medio superior en el que se impartirán estudios al más alto nivel académico.

(...)



TERCERO. Que la Constitución Política de la Ciudad de México establece en su artículo 8, apartado E, Inciso b) que:

Artículo 8
Ciudad educadora y del conocimiento

(...)

E. Derecho al deporte

Toda persona tiene derecho pleno al deporte. El Gobierno de la Ciudad garantizará este derecho, para lo cual:

(...)

b) Establecerá instalaciones deportivas apropiadas, en las escuelas y en espacios públicos seguros, suficientes y amigables con el medio ambiente, próximos a las comunidades y que permitan el acceso al deporte a las personas con discapacidad.

(...)

CUARTO. Que de conformidad a lo establecido en el artículo 12 fracción II, de la Ley Orgánica del Congreso de la Ciudad de México, los diputados del Congreso de la Ciudad de México están facultados para presentar iniciativas de ley ante el pleno del mismo.

QUINTO. Que el Artículo 5 fracción II del Reglamento del Congreso de la Ciudad de México, establece como derecho de los Diputados el de Iniciar leyes y presentarlas ante el Congreso, como se enuncia a continuación:

Artículo 5. Son derechos de las y los Diputados:



I. ...

II. Proponer al Pleno propuestas de iniciativas constitucionales, de leyes o decretos, para ser presentados ante el Congreso de la Unión, en las materias relativas a la Ciudad de México y en los términos del presente reglamento;

...”

SEXTO. Que de conformidad los artículos 325 y 326 del Reglamento del Congreso de la Ciudad de México establecen los criterios que deben sustentar las iniciativas dirigidas al Congreso.

VI. DENOMINACIÓN DEL PROYECTO DE LEY O DECRETO;

INICIATIVA CON PROYECTO DECRETO POR EL QUE SE ADICIONA UNA FRACCIÓN IX AL ARTÍCULO 60 DE LA LEY DE EDUCACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO EN MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE;

VII. ORDENAMIENTOS A MODIFICAR

Ley de Educación de la Ciudad de México

VIII. TEXTO NORMATIVO PROPUESTO.

LEY DE EDUCACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO	
TEXTO NORMATIVO VIGENTE	TEXTO NORMATIVO PROPUESTO
Artículo 60.- En los planes de estudio que corresponda elaborar a la Secretaría se deberá establecer: I. – VIII. ... (SIN CORRELATIVO)	Artículo 60.- En los planes de estudio que corresponda elaborar a la Secretaría se deberá establecer: I. – VIII. ... IX. La incorporación de un programa integral de educación física y deporte



	que garantice un mínimo de tres horas semanales, distribuidas de manera equitativa y adecuada a las edades y niveles educativos, con el fin de promover la salud, el desarrollo integral y la convivencia de los educandos.
--	---

VIII. TEXTO DEL PROYECTO DE DECRETO

Por todo lo anteriormente expuesto y fundado, someto a la consideración del Pleno de este H. Congreso de la Ciudad de México la siguiente: **INICIATIVA CON PROYECTO DECRETO POR EL QUE SE ADICIONA UNA FRACCIÓN IX AL ARTÍCULO 60 DE LA LEY DE EDUCACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO EN MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE.**

ÚNICO. - Se **ADICIONA** una fracción IX al artículo 60 de la Ley de Educación de la Ciudad de México, para quedar como sigue:

Artículo 60.- En los planes de estudio que corresponda elaborar a la Secretaría se deberá establecer:

I. – VIII. ...

IX. La incorporación de un programa integral de educación física y deporte que garantice un mínimo de tres horas semanales, distribuidas de manera equitativa y adecuada a las edades y niveles educativos, con el fin de promover la salud, el desarrollo integral y la convivencia de los educandos.



TRANSITORIOS

PRIMERO. - El presente decreto entrará en vigor al día siguiente de su publicación.

SEGUNDO.- Las Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación de la CDMX elaborará, en 90 días, los lineamientos técnicos y de gestión horaria para implementar el mínimo de 3 horas semanales, en coordinación con la Autoridad Educativa Federal de la Ciudad de México y las autoridades escolares.

TERCERO.- En 120 días, la Secretaría presentará un diagnóstico de infraestructura y personal (espacios deportivos, materiales, plazas de docentes de educación física) y un plan escalonado de cobertura.

CUARTO.- Remítase al titular de la Jefatura de Gobierno de la Ciudad de México para su promulgación y publicación en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México.

Dado en el Recinto Legislativo de Donceles, sede del Poder Legislativo de la Ciudad de México a los 30 días del mes de septiembre de 2025.

ATENTAMENTE

Federico Chávez Semerena
DIP. FEDERICO CHÁVEZ SEMERENA

Certificado de firma

26/09/2025 08:52

Documento electrónico

Solicitante del proceso de firma Manifestación unilateral

Identificador: 68D69F5FA2382F585970D286

Nombre y extensión: INI HORAS DEPORTE.pdf

Descripción:

Cantidad de páginas: 13

Estado: Firmado

Firmantes: 1

Huella digital del contenido del documento original:

95f657cd85efbbd3067553f7ebb497f4dcf76149a900d772cb9d3b3ba9863f6c

Huella digital del contenido del documento firmado:

b6bc521954bfb0d519c5e293d4e4a9b866d2b6b306188f2763b707abc8735318

Nombre: Federico Chávez Semerena

Compañía: SR LUZ SA DE CV

Correo electrónico: federico.chavez@congresocdmx.gob.mx

Teléfono:

Dirección IP: 189.241.227.252

Fecha y hora de emisión

(America/Mexico_City):

26/09/2025 08:12

Constancia de conservación del documento firmado

Información de la constancia NOM-151

Información del emisor de la constancia NOM-151

Fecha de emisión:

26/09/2025 14:52:51 UTC (26/09/2025 08:52:51 Hora local de la Ciudad de México)

Nombre y extensión:

65c52336-0bc4-4ae0-974c-4f7b94303d9d.cons

Huella digital contenida en la constancia:

b6bc521954bfb0d519c5e293d4e4a9b866d2b6b306188f2763b707abc8735318

Prestador de Servicios de Certificación (PSC):

PSC WORLD S.A. DE C.V.

Certificado PSC válido desde: 2017-07-19

Certificado PSC válido hasta: 2029-07-19

Firmantes

Firmante 1. Federico Chávez Semerena

Atributos

Firma

Fecha

Tipo de actuación: Por su Propio
DerechoID: 68D6A7A8F13F530AB31DE9C6
IP: 189.241.227.252Enviado: 26/09/2025
08:12:50

Compañía: SR LUZ SA DE CV

Método de notificación: Correo

Correo:

federico.chavez@congresocdmx.gob.mx

Teléfono:

Emisor de la firma electrónica:

Dibujada en dispositivo

Plataforma: https://app.con-certeza.mx

Firma con texto

Federico Chávez Semerena

Visto: 26/09/2025 08:48:08

Confirmado:

26/09/2025 08:48:09.358

Firmado:

26/09/2025 08:48:09.36

EL ESPACIO DEBAJO SE HA DEJADO EN BLANCO INTENCIONALMENTE

Método de validación de firmante:

Enlace de verificación

En el siguiente enlace se encuentra el portal para validar la constancia NOM-151 y el estado de integridad de este documento:
<https://app.con-certeza.mx/constancia/65c52336-0bc4-4ae0-974c-4f7b94303d9d>

